

Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

Katedra tělesné výchovy

Rozdíly v technicko-taktické přípravě futsalu a fotbalu
Differences in technical and tactical preparation of futsal
and football

Vedoucí práce: PaedDr. Ladislav Pokorný

Autor: Tomáš Banovič

Studijní program: Specializace v pedagogice; VZ-TVS

2016

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Rozdíly v technicko-taktické přípravě futsalu a fotbalu vypracoval pod vedením vedoucího bakalářské práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato bakalářská práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

datum

.....

podpis

.....

Chtěl bych poděkovat panu PaedDr. Ladislavu Pokornému za jeho trpělivost, odborné rady, profesionalitu a lidskost. Děkuji za čas a úsilí, které mi věnoval při psaní této práce. Velké díky patří také mé rodině, která mi byla vždy oporou.

NÁZEV:

Rozdíly v technicko-taktické přípravě futsalu a fotbalu

AUTOR:

Tomáš Banovič

KATEDRA:

Katedra tělesné výchovy

VEDOUCÍ PRÁCE:

PaedDr. Ladislav Pokorný

ABSTRAKT:

Cílem bakalářské práce bylo zmapovat rozdíly v technicko-taktické přípravě futsalu a fotbalu. Bakalářská práce se dělí na dvě hlavní části, a to na teoretickou část a na část praktickou. Teoretická část se zaměřuje na obecné věci týkající se fotbalu a futsalu, jejich historie, vzniku a rozdílnosti obou sportů v tréninku. Také je v teoretické části popsána rozdílnost obou sportů, a to jak po stránce technické, tak po stránce taktické. Praktická část se skládá z dotazníkového šetření a z individuálního rozhovoru. Dotazník zjišťuje, zda výkonnost hráče a kvalita soutěže, kterou provozuje, se podepisuje na technické a taktické vyspělosti. Při individuálním rozhovoru, který byl veden s profesionálním fotbalistou a příležitostným hráčem futsalu, dotazovaný odpovídal na 20 otázek, které byly obdobného charakteru jako otázky pro respondenty z dotazníkového šetření. Cílem bylo zjistit, zda profesionální fotbalista a příležitostný futsalista má podobné technické a taktické návyky jako ostatní respondenti, kteří nefigurují jako profesionální sportovci. Výstupem praktické části jsou zpracované výsledky a hodnocení v přehledných grafech.

KLÍČOVÁ SLOVA: rozdíl, technicko-taktická příprava, futsal, fotbal

TITLE:

Differences in technical and tactical preparation of futsal and football

AUTHOR:

Tomáš Banovič

DEPARTMENT:

The department of physical education

SUPERVISOR:

PaedDr. Ladislav Pokorný

ABSTRACT:

The aim of this thesis was to map the differences in technical-tactical preparation of the futsal and football. The bachelor thesis is divided into two main parts, on the theoretical part and on the part of the practical. The theoretical part focuses on the general things of football and futsal, concerning their history, creation and diversity in the training. Also it is described here the divergence of the two sports and in both technical and in terms of tactical. The practical part consists of a questionnaire survey and from the individual in-depth interview. The questionnaire survey whether the performance of the player and the quality of the competition, which it operates, affecting the technical and tactical maturity. During the individual in-depth interview, which was conducted with the professional football player and the occasional futsal player, the interviewee answered the 20 questions, which were of a similar nature as questions for other respondents from the survey. The aim was to find out whether a professional football player and occasional futsal player has similar technical and tactical habits as the other respondents, who do not feature as professional athletes. The output of the practical part will be processing results and their evaluation in well arranged graphs.

KEYWORDS: differences, technical and tactical preparation, futsal, football

Obsah

1 Úvod	9
2 Problémy a cíle práce.....	10
2.1 Hlavní cíl práce	10
2.2 Dílčí cíle práce	10
2.3 Problémové otázky.....	10
3 Teoretická část.....	11
3.1 Historie futsalu a fotbalu	11
3.1.1 Historie míčových her.....	11
3.2 Charakteristika fotbalu a futsalu	13
3.2.1 Charakteristika fotbalu	13
3.2.2 Charakteristika futsalu	13
3.3 Fotbal.....	14
3.3.1 Pravidla fotbalu	14
3.3.2 Hrací plocha	14
3.3.3 Fotbalové hřiště	15
3.3.4 Míč	15
3.3.5 ofsajd.....	15
3.3.6 Volný kop.....	15
3.3.7 Napomenutí	16
3.3.8 Vyloučení	16
3.4 Futsal	16
3.4.1 Pravidla futsalu	16
3.4.2 Hrací plocha	17
3.4.3 Futsalové hřiště.....	18
3.4.4 Míč	18

3.4.5 Akumulované fauly	18
3.4.6 Vyloučení	19
3.5 Rozdílnost mezi fotbalem a futsalem	19
3.6 Tréninková příprava	20
3.6.1 Tréninková příprava hráče fotbalu	20
3.6.2 Tréninková příprava hráče futsalu	21
3.7 Sportovní trénink.....	21
3.8 Technika	23
3.9 Taktika.....	25
3.9.1 Fotbalová taktika	25
3.9.2 Futsalová taktika.....	31
3.10 Herní činnosti.....	38
3.10.1 Útočné herní činnosti	38
3.10.2 Obranné herní činnosti	41
3.11 Kondiční příprava.....	43
3.12 Úrovně výkonnosti	44
3.13 Úroveň soutěží	44
3.13.1 Fotbal	44
3.13.2 Futsal.....	45
4 Hypotézy	47
5 Metodologická část.....	48
5.1 Dotazníkové šetření.....	48
5.1.2 Statistické zpracování dat.....	48
5.1.3 Dotazník	48
5.2 Hlubkový rozhovor	48
5.2.1 Popis rozhovoru.....	48

6 Výsledková část.....	49
6.1 Dotazníkové šetření.....	49
6.2 Individuální hloubkový rozhovor	72
7 Diskuze	75
8 Závěry	79
9 Seznam použitých zdrojů	82
11 Přílohy.....	84
Příloha č. 1 - dotazník	84
Příloha č. 2 - seznam grafů.....	90
Příloha č. 3 - seznam obrázků.....	92

1 Úvod

Téma mé bakalářské práce, které zní Rozdíly v technicko-taktické přípravě futsalu a fotbalu, jsem si vybral proto, že jsem během svého života oba tyto sporty aktivně vykonával na vrcholné úrovni. V současné době se již těmto sportům vrcholově nevěnuji, avšak stále je pravidelně provozuji.

Fotbal, který patří mezi nejpopulárnější kolektivní sporty na celém světě, má plno různých podobných odnoží. Mezi ně bezesporu patří i futsal, který si velmi rychle získává své fanoušky na svou stranu, přestože se jedná o poměrně mladý sport. Chtěl jsem proto v bakalářské práci poukázat na to, v čem jsou tyto dva sporty stejné a v čem naopak velmi odlišné.

Hlavním cílem mé práce bylo zmapovat rozdíly v technicko-taktické přípravě. Metody, které byly v bakalářské práci použity, bylo dotazníkové šetření a individuální rozhovor. Dotazníkové šetření se zaměřovalo na respondenty, kteří jeden nebo oba sporty vykonávají. Individuální rozhovor byl veden s profesionálním fotbalovým hráčem a zároveň příležitostným hráčem futsalu.

Bakalářská práce se skládá ze dvou částí. V teoretické části se práce zabývá vznikem obou sportů, jejich historií a odlišnostmi v tréninku. Z velké části se věnuje právě technickým a taktickým rozdílům těchto sportů.

Druhá část, která je nazývána praktická, se zabývá dotazníkovým šetřením, ve kterém byli osloveni vybraní hráči futsalu a fotbalu. Z tohoto šetření bude zjištěna jejich technická a taktická vyspělost. Praktická část se v druhé řadě zaměřuje na individuální rozhovor, který je veden s profesionálním fotbalovým a příležitostným futsalovým hráčem. Z tohoto rozhovoru bude následně zjištěno, jakou vyspělostí disponuje profesionální fotbalista. Následně budou obě šetření porovnána a zjištěné výsledky vyhodnoceny a zpracovány do grafů.

2 Problémy a cíle práce

2.1 Hlavní cíl práce

Cílem bakalářské práce je zmapovat technické a taktické rozdíly ve fotbale a ve futsale. Zjistit, zda se mezi oběma sporty vyskytují určité rozdíly v technických a taktických stránkách. Následně všechny výsledky vyhodnotit.

2.2 Dílčí cíle práce

1. Analyzovat herní systémy ve fotbale a ve futsale.
2. Zjistit a porovnat způsoby realizace herní činností jednotlivce a herních kombinací.
3. Zjistit, zda se liší obranná hra ve fotbale a ve futsale.
4. Zjistit, zda se liší obcházení hráčů ve fotbale a ve futsale.
5. Zjistit, zda je presing využíván při ztrátě míče v obou sportech.
6. Zjistit, zda dochází ke změnám taktiky za nepříznivého výsledku.
7. Zjistit, při které činnosti je ve fotbale a ve futsale využívána hra hlavou.

2.3 Problémové otázky

1. Jsou v obou sportech rozdíly v herních systémech?
2. Jaké způsoby herních činností se používají ve fotbale a ve futsale?
3. Jak jsou řešeny obranné úkony ve fotbale a ve futsale?
4. Objevují se rozdíly v útočné fázi při obcházení hráčů ve fotbale a ve futsale?
5. Využívají týmy presingu ihned při ztrátě míče?
6. Dochází v obou sportech při nepříznivém výsledku ke změnám taktiky?
7. Jsou některé činnosti realizovány hrou hlavou?

3 Teoretická část

3.1 Historie futsalu a fotbalu

3.1.1 Historie míčových her

První informace a zmínky o míčových hrách, ze kterých postupem času vznikl jak fotbal, tak futsal, se datují do doby přibližně 3000 let před naším letopočtem. Jako základny těchto her se uvádějí státy, jako jsou Čína, Japonsko, starý Egypt a bezesporu také Řecko a Řím, kde byly tyto hry více než oblíbené.

Během několika staletí se objevily rozdílné druhy her. Mezitímco v Evropě se zkoušela statečnost, neohroženost a síla, v Číně a v jiných východních zemích byly tyto hry převážně obřady uhlazenosti, ladnosti a především zručnosti a šikovnosti. Číňané provozovali určitý druh fotbalu již ve 3. století před naším letopočtem.

Armádní zápisník z té doby rozpráví o jakémsi "kopání do míče". Zábava, která nejspíš byla dílem armádního cvičení, později byla zařazena do programu oslav narozenin císaře. (Hornby, 2001)

3.1.1.2 Dějiny fotbalu

Počáteční zprávy o kopané, jak se mimo jiné také fotbalu přezdívá, mají původ ve středověku. Za jakýsi zvrat ve vývoji kopané lze považovat 18. a 19. století v Anglii, kde se míčové hry stávaly běžnou součástí vzdělávání a studia na školách. Rokem, kdy vznikla prvotní pravidla kopané, je udáván rok 1840. Lze tedy říci, že kopaná je asi zhruba čtyři tisíciletí stará hra, ale současný fotbal není starší více než 180 let.

Především nejednotnost přístupu k pravidlům byla podnětem k založení prvního svazu na světě. 26. října 1863 založilo jedenáct zástupců klubů a škol v Londýně „Football Association“. V roce 1872 vznikla nejstarší pohárová soutěž - Anglický pohár, první mezistátní utkání mezi Anglií a Skotskem bylo sehráno v roce 1872 v Glasgowě a roku 1878 se odehrálo první utkání na hřišti s umělým osvětlením. Od roku 1885 se v Anglii hraje legalizovaně profesionální fotbal a v roce 1893 byl v Londýně založen první ženský fotbalový klub. Plným právem je proto Anglie nazývána kolébkou nebo domovem moderního fotbalu. Do střední Evropy a dalších zemí začal fotbal pronikat s přibližně dvacetiletým zpožděním, na olympijských hrách se objevil oficiálně v roce 1908 v Londýně a vítězem byla Anglie. (Votík, 2003)

V roce 1904 v Paříži se pět zástupců evropských zemí rozhodlo spojit své síly k utvoření mezinárodní organizace FIFA. Konkrétně se jednalo o státy Španělska, Nizozemska, Švýcarska, Belgie, Francie a Dánska. Český fotbalový svaz, který vznikl v roce 1901, se její součástí stal v roce 1906. V této době je ve FIFA zastoupeno mnohem více členských zemí, než je tomu například v Organizaci spojených národů. Evropská unie fotbalových asociací, která je známa především pod jménem UEFA, byla založena roku 1954.

Fotbal se ovšem nevyvíjel pouze klasickým - evropským směrem. V Americe se například pod názvem „football“ chápe tzv. americký fotbal, který se naprosto odlišuje od fotbalu, který se provozuje ve většině států Evropy. Pro tento sport je v Americe vymezen termín „soccer“. (Hornby, 2001)

3.1.1.3 Dějiny futsalu

Z historického hlediska je zřejmé, že futsal má podobné charakteristické znaky jako další podobné formy malé kopané. Od určité doby se však tento vývoj jednotlivých znaků oddělil a každý ze sportů pokračoval svou cestou.

Počátky jednotlivých forem malé kopané sahají až do roku 1930, konkrétně do hlavního města Uruguaye, do Montevidea. Zdejší učitel Juan Carlos Ceriani vytvořil pravidla pro fotbal, kde každé mužstvo bylo po pěti hráčích. Hrál se na basketbalovém hřišti, které neobsahovalo žádné mantinely, s míčem, který byl velikostí podobný jako ženský míč na házenou a měl tlumený odraz. Poté, co tato hra spatřila světlo světa, stala se ihned velmi oblíbenou po celé Jižní Americe. Největší oblibu však měla hra v Brazílii, kde dokonce některým světoznámým fotbalistům, jako byli například Pelé, Ronaldo či Ronaldinho, pomohlo hraní futsalu získat lepší techniku s míčem a větší přehled ve hře. Do Evropy začala tato hra postupovat až začátkem 60. let minulého století.

Futsal patří mezi dynamicky se rozvíjející sporty. Důkazem může být neustále stoupající počet zemí, které posílají své reprezentační družstva a klubové týmy do mezinárodních soutěží, ale také počet hráčů a klubů, kterých stále přibývá. Neustále probíhají výukové programy pro trenéry nebo pro rozhodčí a neustále se posouvá dále ve své propracovanosti. Na konci minulého století se futsal stává ve vrcholné úrovni sportem, který je plně profesionální. (Kresta, 2009)

3.2 Charakteristika fotbalu a futsalu

3.2.1 Charakteristika fotbalu

„Kopaná je sportovní, kolektivní, branková hra. Je to soutěživá činnost dvou soupeřících celků, z nichž každý se snaží vstřelit soupeři co největší počet branek a současně jich co nejméně obdržet. Uskutečňuje se v konkrétním utkání, které probíhá za určitých objektivně platných pravidel. Utkání je omezeno časem podle základních věkových stupňů: mladší žáci 2 x 20 minut, starší žáci 2 x 30 minut, dorostenci 2 x 40 minut a dospělí 2 x 45 minut.

V charakteristice obsahu hry je nutné vycházet z toho, že v průběhu hry se střídají úseky, kdy má družstvo pod kontrolou míč, a úseky, kdy nemá míč v držení. Z tohoto hlediska rozlišujeme ve hře dvě základní fáze - útočnou a obrannou. Obsah kopané tvoří herní činnosti jednotlivce, herní kombinace a systémy hry družstva.

Celková činnost hráče v utkání je ovlivněna jejím objemem, intenzitou i složitostí zatížení."
(Milan Navara, 1986, s.9)

3.2.2 Charakteristika futsalu

„Futsal FIFA je sportovní kolektivní hra brankového typu. Cílem každého ze dvou družstev, která proti sobě v utkání nastupují, je dosáhnout společným předmětem, tj. míčem, branky (gólu) podle pravidel. Družstvo, které dá více branek, je vítězem. Takto by mohla znít definice futsalu FIFA, nicméně je třeba si ujasnit, co opravdu futsalem FIFA je a co není.

Jedná se o sportovní hru (futsal FIFA má svá oficiální pravidla, instituce, které jej zastřešují, soutěže), která může na první pohled vypadat jako „fotbal v hale". Dalo by se říci, že i to je pravda. Futsal FIFA jistě z fotbalu vychází, ovšem obdobně jako jeho další modifikace, např. sálová kopaná-futsal, beachsoccer (plážová kopaná), minifotbal, halový fotbal, malá kopaná atd." (Kresta, 2009, s.8)

Futsal byl dříve v České republice známý pod pojmem malý fotbal. V zahraničí se zase dříve používalo označení Five-a-Side Football. Tato sportovní hra je mezinárodně zaštitěna organizacemi jako jsou UEFA či FIFA, v Čechách ji zastřešuje ČMFS. (Kresta, 2009)

3.3 Fotbal

3.3.1 Pravidla fotbalu

Fotbal hrají dvě mužstva, kdy každé z nich může na hřiště poslat jedenáct hráčů, z toho jeden musí být vždy brankář. Pokud chce tým vystřídat, je to možné provést pouze v přerušené hře a musí o tom být informován hlavní rozhodčí. V soutěžních zápasech má každý tým možnost provést pouze 3 střídání. Pokud klesne počet hráčů v týmu na šest, je rozhodčí nucen ukončit zápas pro příliš málo hráčů.

Zápas je rozdělen na dva poločasy, kdy každý z nich trvá 45 minut. Pokud v průběhu hry došlo k delším prodlevám vinou zranění, zdržování či například střídání, může rozhodčí prodloužit poločas o dobu, která byla promeškána.

Vítězem utkání se stává tým, který vstřelí více branek než soupeř. Pokud ovšem zápas skončí bezbrankovou remízou, či vsítí oba týmy stejný počet branek, může utkání skončit nerozhodně.

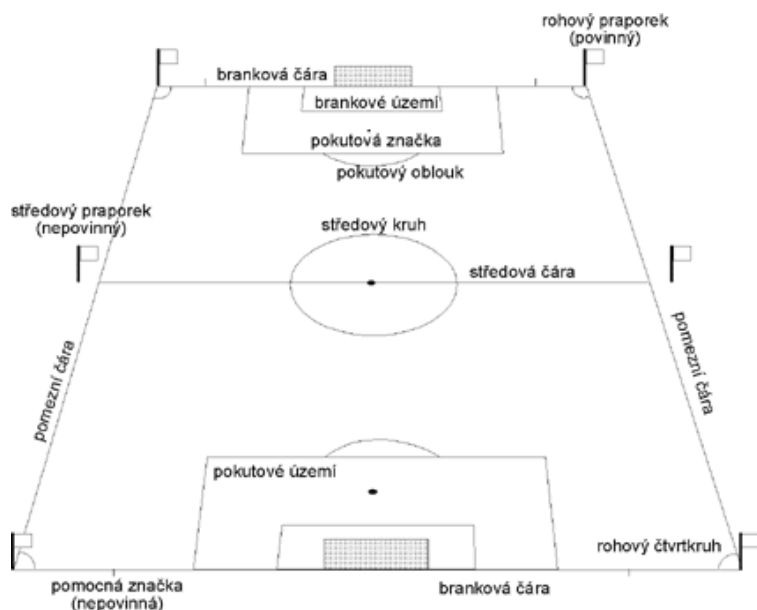
V různých soutěžích je ale potřeba, aby byl určen vítěz. Proto je možné, že pokud na konci zápasu svítí na světelné tabuli nerozhodné skóre, bude prodloužení. Doba, která se prodlužuje, činí 2x 15 minut. Pokud ani po této době nedojde k určení vítěze, přicházejí na řadu pokutové kopy. (Milan Navara, 1986)

3.3.2 Hrací plocha

Hřiště musí mít obdélníkový tvar. Branková čára je kratší než pomezí. Šířka hřiště musí být od 45 do 90 metrů a jeho délka musí být minimálně 90 až 120 metrů. Branková konstrukce má rozměry 7,32 x 2,44 metru. Na každé polovině hrací plochy je vyznačeno pokutové území, které má rozměry 16,5 x 16,5 metru a umožňuje v něm hrát brankáři rukama. V pokutovém území je také umístěna značka pro pokutový kop, ze kterého se ze vzdálenosti 11 metrů kopou penalty. Uprostřed hřiště je umístěn středový kruh, který má poloměr 9,15 metru a ze kterého se vždy koná výkop. (ČMFS, 2011)

3.3.3 Fotbalové hřiště

Obrázek 1 - fotbalové hřiště



Zdroj: Votík, 2003, str. 12

3.3.4 Míč

Fotbal se hraje s kulatým míčem, který bývá vytvořen z kůže nebo ze speciálních látek schválené pro jeho výrobu. Míč nesmí mít obvod menší než je 68 centimetrů, ale také nesmí být větší než 70 centimetrů. Při výkopu by neměla jeho hmotnost přesáhnout 450 gramů. (ČMFS, 2011)

3.3.5 Ofsajd

Pravidlo o postavení mimo hru dříve určovalo, že mezi útočícím hráčem a brankářem ve chvíli, kdy dostává přihrávku, musí být minimálně tři soupeři včetně brankáře. Kolem 20. let 20. století ale začalo padat neustále méně a méně gólů, protože hra obránců se výrazně zdokonalila a útočníci hráči se tedy jen stěží objevili před gólmanem sami. (ČMFS, 2011)

V roce 1925 FIFA rozhodla, že mezi útočícím hráčem, na kterého je mířena přihrávka, musí být pouze jeden protihráč. Náhle začalo padat mnohem více branek. Nové pravidlo zůstává v podstatě nezměněno až do dnešní doby. (Milan Navara, 1986)

3.3.6 Volný kop

Existují dva druhy volných kopů- přímý volný kop a nepřímý volný kop.

3.3.6.1 Přímý volný kop

Přímý volný kop je nařizován rozhodčím, pokud se soupeřící družstvo dopustí určitého nedovoleného zákroku. K rozehrání dochází v místě přestupku a střelec může dát gól bezprostředně. Soupeř musí být od míče vzdálen minimálně 9,15 metru.

3.3.6.2 Nepřímý volný kop

Při nepřímém volném kopu, který je nařizován po porušení pravidel, je třeba, aby se míče dotkli alespoň dva hráči. Pokud tedy hráč chce vstřelit branku, je zapotřebí tuto standardní situaci rozehrát posunutím míče nebo například přihrávkou na nabíhajícího hráče.

3.3.7 Napomenutí

Napomenutí slouží jako varování hráči a je uděleno žlutou kartou. Uděluje se hráči za nesportovní chování, za soustavné porušování pravidel, za hraní rukou a další podobné zákroky. Je zcela v kompetenci rozhodčího, kdy usoudí, zda je zákrok ještě přiměřený a je třeba vydat varování v podání žluté karty, nebo se již jedná o hrubé porušení pravidel a je třeba hráče vyloučit.

3.3.8 Vyloučení

Rozhodčí může vyloučit hráče tím, že mu ukáže druhou žlutou kartu po dalším nedovoleném zákroku. Také lze vyloučit hráče bez předešlého varování vytasením rovnou červené karty. Červená karta znamená pro hráče automaticky stop na další utkání. Podle závažnosti udělení karty lze zvýšit trest pro hráče například i finanční pokutou.

3.4 Futsal

3.4.1 Pravidla futsalu

Futsalu se účastní dva týmy, přičemž každý z nich může mít na hrací ploše nanejvýš pět hráčů, z toho jeden je brankář. Maximální počet střídajících hráčů je sedm, ovšem počet střídání není omezen. Využívá se možnosti tzv. hokejového střídání. Střídání lze provést pouze v zóně, která je pro to určena. Je žádoucí, aby střídající hráč nejdříve opustil hrací plochu a až poté do hry naskočil další střídající hráč.

Do povinné výstroje hráčů patří v první řadě sálová obuv, která nesmí obsahovat žádné umělé ani gumové kolíky, a také holenní chrániče. Rukavice pro brankáře nejsou povinné, někteří gólmani uvádějí, že bez rukavic mají větší cit v ruce a mohou tedy při rozehrávce

přesněji přihrát. Existují ovšem i futsalové rukavice, které jsou velmi podobné klasickým fotbalovým rukavicím, jen s tím rozdílem, že jsou zkráceny o konečky prstů.

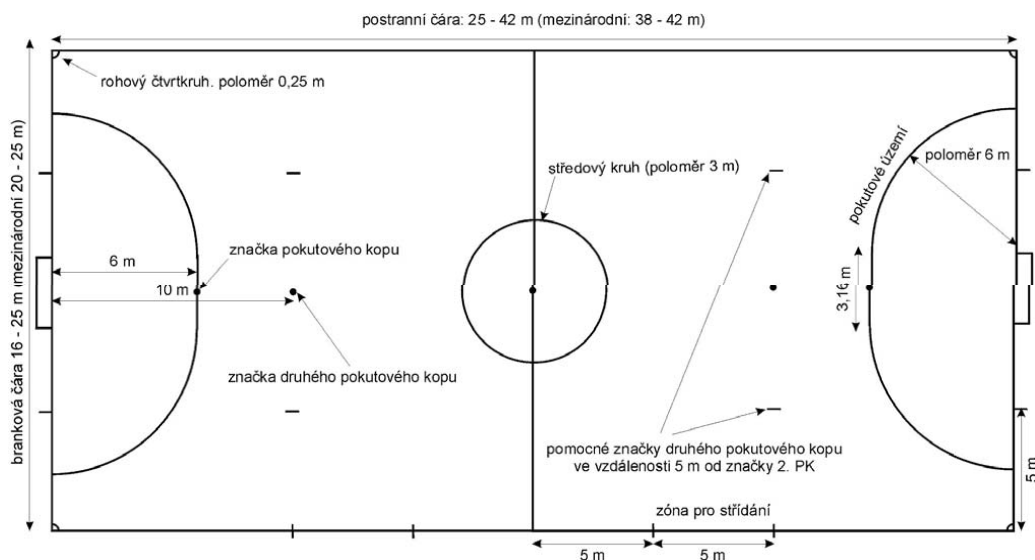
Co se týče délky hry je futsal rozdělen na dva poločasy, z nichž každý trvá 20 minut. Na rozdíl od fotbalu se futsal hraje na čistý čas, což v praxi znamená, že čas se zastavuje jen v případě, že dochází k přerušení hry. Poločasová přestávka trvá zpravidla 15 minut. Je-li stav nerozhodný a je potřeba, aby byl znám vítěz, je nutné, aby na řadu přišlo prodloužení, které trvá dvakrát pět minut. Pokud ani poté nedojde k určení vítěze, musí o vítězi rozhodnout pokutové kopy. Každé z mužstev si má možnost vzít jednou za poločas oddechový čas, který trvá jednu minutu. (ČMFS K. , 2007)

3.4.2 Hrací plocha

Zápasy futsalu se hrají na hrací ploše, která má obdélníkový tvar a kde jeho délka musí být větší než jeho šířka. Minimální rozměry, které může hřiště mít, činí 15 metrů na šířku a 25 metrů na délku. Na druhou stranu maximální rozměry, jakými se může hřiště pyšnit, jsou 25 metrů na šířku a 42 metrů na délku. Při zápasech národních týmů se délka hrací plochy musí pohybovat od 38 metrů do 42 metrů, její šířka pak musí mít rozměry od 18 metrů do 22 metrů. Delší čára hrací plochy je nazývána postranní, kratší nazýváme brankovou. Na hrací ploše musí být vyznačen středový kruh a bod a také středová čára, dále musí být označeno pokutové území, které má poloměr 6 metrů, značka pro pokutový kop, která se nachází 6 metrů od branky, a také značka druhého pokutového kopu, který je umístěn 10 metrů od brankové čáry. Na hřišti jsou také rohové čtvrtkruhy, které mají poloměr 0,25 metru, a v neposlední řadě zóny, které jsou určeny pro střídání hráčů. Branky na futsal mají velikost 2 metry na výšku a 3 metry na šířku a jsou umístěny ve středu brankových čar. Povrch, na kterém se hraje, musí být rovný a zakázány jsou materiály jako asfalt a beton. (Kresta, 2009)

3.4.3 Futsalové hřiště

Obrázek 2- futsalové hřiště



Zdroj: Kresta, 2009, str. 26

3.4.4 Míč

Míč, kterým se futsal hraje, musí být kulatý. Oproti fotbalu, který se hraje s velikostí míče číslo 5, je ve futsale rozdíl, že se používá velikost číslo 4. To znamená, že jeho obvod je od 62-64 centimetrů. Váha míče je od 400-440 gramů. Pro lepší kontrolu a práci s míčem v hale mají futsalové míče tlumený odskok, při spadnutí z dvoumetrové výšky by se měl po prvním odražení od země odrazit do výšky kolem 60 centimetrů. (ČMFS K. , 2007)

3.4.5 Akumulované fauly

Všechny přestupky, které se provedou na hrací ploše a jejichž trestem je přímý volný kop, se počítají do tzv. akumulovaných faulů. Tyto fauly jsou typickou a významnou součástí futsalu, která ovlivňuje charakter hry. Celkem může mužstvo nasbírat za poločas pět akumulovaných faulů, aby nedošlo k úhoně. Pokud je ovšem týmu přičtena šestá a každá další chyba, dostává druhé mužstvo výhodu tzv. druhého pokutového kopu, jinak též přezdívaného dlouhá penalta. Tento kop je zahráváný z hranice deseti metrů od branky, popřípadě z místa, kde se udál přestupek, je-li tento přestupek blíže brance než deset metrů. Tato možnost volby připadá kopajícímu mužstvu. Bránící hráči se musí postavit až za hranici dlouhého pokutového kopu. Brankář má možnost pohybu, nesmí být však míči blíže než je pět metrů. (Kresta, 2009)

3.4.6 Vyloučení

Stejně jako tomu je ve fotbale, i ve futsale existují určitá pravidla, která se musí respektovat a dodržovat. Při jejich porušení může hráč inkasovat varovnou žlutou kartu. V případě surového nebo hrubě nesportovního chování může rozhodčí udělit hráči červenou kartu.

Pokud hráč inkasuje červenou kartu, musí se odebrat do kabin a jeho mužstvo hraje oslabené o jednoho hráče po dobu dvou minut. Pokud v této době družstvo inkasuje gól, je možné opět doplnit tým na hrací ploše o pátého hráče.

Výjimku tvoří vyloučení náhradníka. Ten se musí taktéž odebrat do kabin, jeho mužstvo ovšem pokračuje ve hře v plném počtu. (ČMFS K. , 2007)

3.5 Rozdílnost mezi fotbalem a futsalem

První věcí, kterou si člověk všimne, pokud má poznat rozdíl mezi těmito dvěma sporty, je místo, kde se daný sport hraje. Fotbal se hraje pod širým nebem většinou na travnatém hřišti, které může více či méně nedokonalé. S přibývajícemi minutami se také na hřišti mohou objevit nejrůznější hrboły, nerovnosti, čímž se hřiště stává lehce nepředvídatelné. Svou roli může také sehrát počasí. Jinak se hraje, pokud je krásné slunečné počasí, a jinak se také bude hrát, když je průtrž mračen a na hřiště se snáší jedna kapka za druhou. (Kollath, 2006)

Naopak futsal je schován pod střešní konstrukcí a jedná se tedy o halový sport. Nemusí se tedy řešit, jaké počasí bude a jaké obutí bude muset hráč zvolit. Futsal se totiž hraje buď na umělém povrchu nebo na hřišti, které se skládá z dřevěných parket. Žádná nerovnost nebo nedokonalost hřiště nepřípadá v úvahu. Tomuto povrchu je také přizpůsoben hrací míč, který má velikost čtyři, oproti fotbalové pětce. Míč je vytvořen tak, aby neměl vysoký odskok a dokonale seděl na zemi, popřípadě futsalistovi u nohy. Dalšími rozdíly, které ihned bijí do očí, je například počet hráčů, kteří se účastní hry. (Stříž, 2002)

Ve fotbale je po dobu devadesáti minut síla týmu rozložena na jedenáct hráčů plus maximálně tři náhradníky, ve futsale může po hřišti pobíhat v jednu chvíli pouze 5 hráčů daného týmu. Výhodou samozřejmě může být hokejové střídání, kdy si hráč během čtyřiceti minut může jít kdykoliv odpočinout. Důležitým faktorem je také to, jak rozhodčí posuzuje nedovolené zákroky a kontakty protihráčů. Ve fotbale je povoleno hrát do těla a je zcela v režii rozhodčího, jakou nastaví laťku utkání. Někteří hráči se dokonce v takovéto silové hře vyžívají. Leckomu se to může zdát jako ostrý zákrok, který je proveden za

hranicí pravidel, rozhodčí ovšem nemusí hnout ani brvou. Ve futsale je to jiné. Není zde tolerována agresivní a silová hra. Posouzení nedovoleného zákroku je tedy zcela odlišné u obou sportů. Tímto se zcela jistě odvíjí přednosti a atributy hráčů obou sportů. Odlišná je i jejich příprava, technická a taktická vybavenost, fyzické přednosti, výbušnost, vytrvalost a tak dále. (Huděc, 2002)

3.6 Tréninková příprava

3.6.1 Tréninková příprava hráče fotbalu

Dnešní moderní verze fotbalu se již neobejde bez řádné sportovní přípravy. Vysoké tempo hry a neustále se zvyšující kvalita protihráčů nutí trenéry vymýšlet další a další věci pro zlepšování svých svěřenců. Dokonalá sportovní připravenost nám umožňuje řádně zvládnout jak technickou, tak i taktickou stránku hry. Je proto velice důležité dbát při sestavování tréninkových plánů na to, aby v něm byly zastoupeny všechny jeho složky, to znamená technická, tělesná a také taktická. (Votík, 2003)

Tělesnou přípravu lze rozvíjet pomocí základních pohybových schopností. Mezi důležité pohybové schopnosti se řadí v první řadě rychlost, jelikož jak již víme, fotbal se neustále zdokonaluje a vše se zrychluje, je proto třeba být neustále ve střehu. Pro hráče je potřebné, aby zvládl co nejrychleji uběhnout krátké vzdálenosti, které se pohybují od pěti do padesáti metrů několikrát za zápas. Nutné je také trénovat rychlostní vytrvalost, která se dá zlepšit pomocí opakovaných sprintů na krátké vzdálenosti. (Psotta, 2006)

Dále je zapotřebí, aby hráč disponoval dostatečnou vytrvalostí. Důležité je, aby zvládal běhat stejně rychle po celou dobu utkání, a to z toho důvodu, že se zápasy rozhodují většinou v jejich závěru a často je klíčové, jaký tým se nachází v lepší kondici nebo je lépe připraven po fyzické stránce.

Mezi další pohybové schopnosti, které musí hráč mít, patří dostatečná síla. Ta je velice důležitá při osobních soubojích, kdy si hráč snaží pokrýt míč před soupeřem nebo například při hlavičkovém souboji, kde se ovšem zapojuje především síla odrazová.

V neposlední řadě je také potřebné, aby hráč byl obratný. Dávno jsou pryč doby, kdy obránci sloužili pouze k tomu, aby odkopli míč co nejdále od branky a útočníci za ním jen bezhlavě utíkali. V dnešní době kopané je stěžejní, aby hráč působil na hřišti obratně a neztrácel rovnováhu. Tato schopnost je důležitá pro každého hráče v poli. Často se hráč potřebuje zbavit svého obránce, proto je zapotřebí udělat určitý manévr, uniknout malou mezerou nebo se jen potřebuje vymanit ze složité situace. Z toho důvodu je důležité

obratnost cvičit. Pomoci k tomu mohou nejrůznější gymnastická cvičení, která jsou vhodná pro rozvoj obratnosti. (Psotta, 2006)

3.6.2 Tréninková příprava hráče futsalu

Futsal je dynamicky se rozvíjející se sport jak z hlediska herního, tak z hlediska tréninkového. Na pohled je to velmi zajímavá hra, protože téměř zakazuje fyzický kontakt. Dnes již není dostatečné, aby se tým dvakrát v týdnu sešel v hale a párkrát si kopnul do míče.

Jeho provozování umožňuje rozvíjet zejména:

- základní tělesné předpoklady pro vysokou sportovní výkonnost v rámci tělesné přípravy,
- technicko-taktické varianty v celém komplexu daného sportu,
- psychologické předpoklady, morální vlastnosti, sociální chování, soutěživost atd. (Huděc, 2002)

V současné době je žádoucí, aby každý trenér měl své vlastní tréninkové postupy, které jsou pro futsal specifické. Pohybová aktivita mezi fotbalem a futsalem je zcela odlišná. Doba, při které hráč futsalu není v pohybu, je minimální, ve futsale hráči tedy vykonávají pohybové aktivity, které mají vysokou intenzitu.

Pokud je k tomu přidán ještě herní prostor, ve kterém je futsal vykonáván, dá se říci, že ve futsale je hráč do hry více zapojován, má více kontaktů s míčem a tím pádem také jeho práce s ním musí být rychlejší oproti fotbalu. Technická vybavenost je základním předpokladem pro to, aby hráč byl v tomto sportu úspěšný. Je třeba neustále cvičit práci s míčem a zdokonalovat své přednosti. Ve futsale je velice důležité trénovat a neustále zlepšovat kondici, jelikož to je totiž alfa a omega všech sportů. Bez dobré fyzické přípravy je i sebelepší futsalista k ničemu. (Kresta, 2009)

3.7 Sportovní trénink

Oba sporty, o kterých je v práci psáno, jsou nesmírně náročné. Hráči musí být velmi zdatní po fyzické i psychické stránce. Hráči obou sportů však vykonávají poměrně odlišné pohyby, například futsalisté mají neustálý pohyb po špičkách, aby mohli okamžitě napadat protihráče. Používají oproti fotbalistům také velké množství klamavých pohybů, aby se mohli na malém prostoru zbavit svého obránce a rychlým startem mu utéct.

Dávno je pryč doba, kdy futsal připomínal hru starých pánů, kteří si přišli po práci zakopat do míče. V dnešní době je futsal považován za dynamickou, rychlostní a výbušnou hru, kde je důležité dbát na taktickou a technickou vyspělost hráče. Proto je velice žádoucí, aby do tréninkových jednotek jednotlivých týmů byly zařazovány cvičení na zlepšení rychlosti, práce s míčem i bez něj, na orientaci v prostoru a také například cvičení na zlepšování taktických dovedností.

Rozvíjení a neustálé opakování a zlepšování těchto činností může vést k dosažení co nejlepšího výkonu. Bez správné kondiční připravenosti nelze provozovat žádný sport a nemusí se jednat ani tolik o sport vrcholový, nýbrž třeba jen o sport rekreační. Kondiční příprava je velice důležitou složkou tréninku sportovců, jelikož klade důraz na utváření základních i rozvinutých tělesných předpokladů, které jsou potřebné pro výkon daného sportovce. Každý sportovec, který provozuje určitý sport, musí mít všestranný základ. Není dobré, když se jedinec upne pouze na jednu činnost. Díky všestrannému základu se může totiž dále zvyšovat výkonnost sportovce. Nutné je si osvojit co nejvíce pohybových návyků a dovedností a ty neustále rozvíjet a zdokonalovat. (Dovalil, 1982)

Velké rozdíly jsou také v trénincích futsalu a fotbalu. Jelikož futsalisté hrají na daleko menším prostoru, je třeba zlepšovat práci s míčem. Ať už se jedná o jeho zpracování, vedení nebo například jeho pokrytí. Hráči také musí být neustále ve střehu a v pohybu, je potřeba, aby ustavičně vyhledávali volné prostory pro možnost obdržet přihrávku od spoluhráče, s tím souvisí neustálé změny směrů, krátké sprinty, provádění otoček, útoků, překroků a obkroužení míče a clon. Hráči futsalu jsou zatíženi velkým množstvím krátkých sprinterských soubojů, je důležité tedy rozvíjet rychlostní vytrvalost, výbušnost a také reakce pro možnost co nejrychlejšího startu na míč či protihráče. Nezbytně nutné je, aby hráči měli dokonalou rovnováhu a pružnost, jelikož je potřeba často provádět precizní pohyby, ať už za účelem oklamání protivníka s míčem nebo i bez něj. Ve futsale je obratnost a lehkost zcela nezbytná pro přesné provádění pohybových činností. Dalším prvkem typickým pro futsal je rychlá práce dolních končetin, klamání těla, akcelerace a hledání volného prostoru. (Kresta, 2009)

Fotbalisté oproti futsalu mají lehce odlišnou přípravu. Nemusí se zaměřovat tolik na rychlostní vytrvalost, ale spíše na vytrvalost střednědobou. To je hodně ovlivněné prostorem, na kterém se daný sport vykonává, a počtem hráčů, který se na hřišti objevuje. Také je to způsobené tím, že hráči fotbalu mají odlišné úkoly. Samozřejmě v obou

sportech je třeba střílet branky, ale například obránci ve futsale se do zakončení dostanou o dost častěji než obránci ve fotbale. (Psotta, 2006)

Ve fotbale jsou kladeny nároky na správné rozhodování a orientaci v náročných, složitých situacích. Důležité je také rozvíjení tvůrčího myšlení, aby se hráč dokázal v mžiku vteřiny rozhodnout, kterému ze spoluhráčů je v dané chvíli lepší přihrát. V dnešní době je nezbytné, aby byl hráč maximálně koncentrován po celou dobu utkání. Nejlepší světoví hráči přemýšlejí o dalším kroku ještě předtím, než dostanou míč na své kopačky, čímž se dostávají o myšlenku napřed před své obránce. Dalším důležitým prvkem hry je předvídání herních situací, které na hřišti mohou nastat, ať už se jedná o odražený míč, o zachycení soupeřovy přihrávky nebo o přečtení manévru útočícího hráče. Z hlediska fyziologického je fotbal velice náročný sport a klade velké nároky na nervosvalový systém. (Milan Navara, 1986)

3.8 Technika

Ve sportovním odvětví je technika chápána tak, jak je hráč schopen ovládat své pohyby, popřípadě tělo k překonání bránícího hráče. Technickou vybaveností hráče se také rozumí to, jak hráč zvládá pohyb bez míče či s míčem, jak dokáže přihrát popřípadě vystřelit. Vše se dá natrénovat a zdokonalit systematickým tréninkem. Technika může sloužit jako prostředek pro lepší taktickou organizaci. Hráč, který hraje v kvalitním týmu nejvyšší soutěže, musí být více než kvalitně technicky vybaven. Fotbal i futsal patří bezesporu ke sportům, kde technická vybavenost hráče hraje velice důležitou roli.

Technická stránka fotbalu zůstává prakticky od 19. století nezměněna, přesto však neustále prochází určitým vývojem. S postupem času, kdy se neustále zvyšují nároky na rychlost a práci s míčem, na čisté a rychlé odebírání míče a mnoho dalších aspektů hry, vyžaduje fotbal vyšší tempo a daleko rychlejší práci všech pohybů, které jsou ve hře prováděny. Musí se dbát na to, aby se již naučené věci neustále zdokonalovaly a docházelo tak postupně k jejich automatizaci. (Kollath, 2006)

Stejně důležité také je trénování nových neosvojených pohybů. Velkou roli v tom zcela jistě může hrát talent. Nesmyslné je ovšem tvrdit, že hráči s talentem nemusí trénovat a svůj um neustále zdokonalovat. Mnohokrát se již ve světovém fotbale objevili jedinci, kteří žádným extra talentem nedisponovali, přesto však poctivou prací, pílí a tvrdým tréninkem dosáhli úžasných a zasloužených úspěchů.

Jak již bylo z mnoha výzkumů prokázáno, ideální věk pro nacvičení a zvládnutí technických stránek sportu je mladší školní věk. Hráči ve věku od šesti do deseti let se učí zvládat nejrůznější základní herní situace jako je například pohyb s míčem, zpracování míče, ale také se učí přihrávat a střílet na branku. Vše by mělo probíhat převážně zábavnou formou a pomocí různých průpravných cvičení. Předpubertální věk je ideální pro rozvoj technických stránek hráče. Oproti tomu ve věku, kdy se jedinec nachází v první pubertální fázi, což může být ve věku od dvanácti do čtrnácti let, je třeba brát v potaz, že se hráči mohou náhle zhoršit. V tomto věku je totiž typický individuální růst a také odlišná vyzrállost jedince. V těchto kategoriích je proto možné vidět několik typů hráčů odlišných výkonností. (Kollath, 2006)

Ve druhé pubertální fázi, která se objevuje u jedinců ve věku od čtrnácti do sedmnácti let, by měla být tréninková jednotka vyvážená v poměru techniky a kondice. Především u mladších hráčů se technika neustále vyvíjí. Důležité je do tréninku zapojit také taktickou část přípravy, aby hráči vnímali a chápali její důležitost. Technika je u každého hráče odlišná a vyvíjí se zcela individuálně. Trenér má potom na starosti to, aby upozorňoval na motorické chyby a korigoval je tak, aby se již neobjevovaly. Pokud se hráč naučí špatně určitou činnost v mládí a následně jí chce odstraňovat v pozdějším věku, je to nesmírně obtížné. (Kollath, 2006)

Futsal, jakožto celkem mladý sport, svou technickou stránku neustále vyvíjí a zdokonaluje. Stejně jako ve fotbale se i ve futsale neustále zvyšují nároky na hráče. Hráč proto musí být velice schopný po technické stránce a měl by umět zvládat měnit tempo hry a směr, do kterého se chystá vniknout. Technická stránka futsalu by měla být ještě o trochu na vyšší úrovni než ve fotbale. Vzhledem k tomu, na jakém prostoru se futsal hraje, je žádoucí, aby hráči pracovali s míčem ve větší rychlosti. (Kresta, 2009)

Vedení míče je také zcela odlišné. Ve fotbalovém zápase není teoreticky možné, aby hráč vedl míč na svých nohách z jedné části hřiště na druhý a přitom nebyl nikým atakován. Protihráči neustále kladou určité překážky a snaží se míč odebrat, ať už se jedná o čistou hru nebo hru za hranicí pravidel.

Ve futsale je velmi často využíváno vedení míče podrážkou boty. Plocha, pomocí které hráč míč kontroluje, je ve srovnání s jinými způsoby vedení míče daleko větší. Tento způsob je hojně využíván, pokud je hráč těsně bráněn a je třeba, aby si dokázal míč pokrýt. Takovýto způsob vedení míče není na rozdíl od futsalu ve fotbale tolik typický. Více je využíváno vedení míče vnitřní stranou nohy, které je ovšem výhodnější využívat při

pomalejším běhu nebo při situacích, kdy víme, že bude třeba změnit směr běhu. Daleko využívanější je ve fotbale vedení míče přímým nártem, popřípadě vnějším nártem. Oba způsoby vedení míče jsou typické pro moderní fotbal a pro rychlé vedení míče. Při tomto vedení kope hráč do míče plochou nártu, podobné tomu je i u vedení vnějším nártem, jen s tím rozdílem, že noha je vytáčena v hlezenním kloubu dovnitř, aby bylo možné vykonat kontakt pomocí vnějšího nártu. (Kresta, 2009)

3.9 Taktika

Taktika je akce, kdy se hráči mužstva snaží dosáhnout požadovaného výsledku pomocí vzájemné souhry. Hráči jsou zaměřeni na jeden společný cíl, kterého se lze dopracovat jen takovým způsobem, že dojde k propojení jak týmové, tak individuální spolupráce. *„Taktická stránka je limitována rozvojem taktických schopností a vědomostí, významnou roli hraje taktické myšlení, které se projevuje schopností rychle vnímat, zpracovávat a hodnotit informace, které jsou rozhodující pro řešení herní situace.“* (Stříž, 2002, s.10)

3.9.1 Fotbalová taktika

Taktika je z hlediska úspěchu mužstva velice důležitá. V současném moderním fotbale, kdy o úspěchu nebo neúspěchu rozhodují malé detaily, je třeba na ní brát ohled.

Taktiku můžeme rozdělit na dva druhy. V první řadě se jedná o taktiku jednotlivce, kdy každý post na hřišti má určité úkoly, které by měl plnit tak, aby se mužstvu dařilo co nejvíce. V druhé řadě se jedná o taktiku týmovou. Obě taktiky se ovšem prolínají a mají za úkol přinést mužstvu co nejlepší výsledek.

3.9.1.1 Taktika jednotlivce

„Taktika jednotlivce se zabývá herními prostředky, které hráči v určitých situacích využívají. Tyto herní aktivity jsou významné nejen jako individuální akce, ale hrají svoji úlohu v souvislosti s taktikou skupiny nebo celého družstva. Týkají se brankáře, libera, hráčů obranné, útočné a středové řady.“ (Kollath, 2006, s.100)

• Brankář

Brankář je hráč, který zabraňuje soupeři, aby mu vstřelil branku. Jeho poloha mu umožňuje mít dostatečný přehled o tom, co se na hřišti děje. Měl by tedy své spoluhráče správně dirigovat a dodávat jim určitou sebedůvěru. Od brankáře se začínají rodit téměř všechny ofenzivní akce týmu, měl by proto správně odhadnout, kdy je vhodné přihrát míč volnému spoluhráči a kdy naopak míč odkopnout co nejdále od branky. Současní brankáři

proto fungují jako falešní obránci. Nestojí už na brankové čáře, ale leckdy se pohybují daleko za hranicí brankového území, aby pomohli s rozehrávkou svému týmu. Tyto ofenzivní schopnosti jsou v dnešní době velice ceněné, jelikož hra se neustále zrychluje a zdokonaluje, a proto i brankář by měl ovládat míč podobně jako jeho spoluhráči na hřišti. V první řadě by ovšem měl brankář plnit defenzivní povinnosti. Důležité je dirigování obranné řady a také zneškodňování útočných akcí soupeře. (Kollath, 2006)

- **Obranná řada**

Obránci patří spolu s brankářem k základním stavebním kamenům týmu. Stejně jako brankář mají za úkol konstruktivně rozehrát míč a zahájit tím útok svého týmu. Střední obránci se spíše soustředí na obranné úkoly, jako jsou odebrání míče soupeři, hlavičkování a taktické bránění svého území. Oproti tomu krajní obránci mají za úkol podporovat útok, ovšem ne na úkor obranné práce. Krajní beci by měli zvládat přejít přes protivníka a podnikat útoky až na soupeřovu polovinu. Mohou působit jako falešní krajní záložníci. Mnohdy se stane, že obránce zaútočí a krajní záložník vyplní jeho obranný prostor, dochází tak k jejich prolínání. (Kollath, 2006)

- **Středová řada**

Hráči, kteří hrají ve středové řadě, by měli být vybaveni jak po technické, tak po fyzické stránce. Ve středu hřiště dochází k přecházení z obrany do útoku a je proto velice důležité, jací hráči v těchto místech působí. Mnohdy se tím rozhoduje o úspěchu a neúspěchu hry. Středoví hráči mají za úkol především tvoření hry, její zrychlení, založení útoků nebo naopak držení míče. Hráči ovšem nesmí zapomínat na své obranné povinnosti. Důležité je zmenšovat a zkracovat hřiště a vytvářet tzv. harmoniku, čímž dochází k zhušťování prostoru a pro protihráče je těžší se individuálně prosadit. Krajní záložníci by měli využívat své rychlosti a dobrého vedení míče, aby následně mohli centrovat před branku na nabíhající útočníky, popřípadě záložníky, kteří by se měli útoku zúčastnit z druhé vlny. (Kollath, 2006)

- **Útočná řada**

Útočník má především za úkol střílet branky nebo pro své spoluhráče připravovat takové situace, ze kterých by mohli ohrozit soupeřova brankáře. Nejčastěji se útočník prosazuje po individuální akci nebo pomocí spolupráce se svými ofenzivními spoluhráči. Je žádoucí, aby útočící hráč byl neustále v pohybu a vyhledával volné prostory, kam by mohl zamířit míč. Může se také měnit s druhým útočníkem, aby zmátli soupeřova obránce. Obranné

úkoly útočníků spočívají převážně v narušování rozehrávky soupeře a v obsazování volných hráčů. (Kollath, 2006)

3.9.1.2 Týmová taktika

Taktikou rozumíme rozestavení hráčů na hřišti, z nichž každý zastává určitou pozici a má rozdílné úkoly. Díky tomu působí tým více organizovaně a jednotně. Rozestavení hráčů můžeme volit podle různých kritérií, ať se jedná o fotbalové dovednosti, fyzickou vybavenost nebo taktickou vyspělost. Fotbalových taktik je na rozdíl od těch futsalových daleko více. Rozdělit je můžeme podle obranných a útočných. Již dávno však neplatí, že obranná taktika je zaměřena pouze na bránění.

- **Systémy hry**

„Systémem hry družstva rozumíme organizaci činnosti všech hráčů družstva, organizaci jejich vztahů, které vyplývají z hráčských funkcí v průběhu utkání. Každý systém by měl respektovat základní principy:

- rovnoměrné obsazení hrací plochy,
- rovnoměrné zatížení všech hráčů v poli,
- dokonalé rozestavení hráčů do hloubky a šířky,
- optimální proporce činnosti jednotlivých hráčů v útočné i obranné fázi hry,
- efektivní spolupráci hráčů obranné, středové a útočné řady, založené na vhodném prolínání jednotlivých řad a přebírání základních úloh v obraně i v útoku,
- jednoduchost v realizaci útočné i obranné fáze hry,
- plynulost, pružnost a jistotu v přechodu z jedné fáze hry do druhé,
- podle systému hry družstva soupeře a s ohledem na vývoj utkání optimální volbu vlastního obranného a útočného systému hry.“ (Milan Navara, 1986, s.74)

Klasickým systémem v dřívějších dobách bylo tzv. rozestavení hráčů se dvěma obránci, třemi záložníky a pěti útočníky, jinak také nazývaný jako pyramida. Tento systém měl ovšem oproti dnešku velké slabiny a v současné kopané by bylo velmi těžké s ním uspět. V první řadě se jednalo o to, že zatížení jednotlivých hráčů nebylo rovnoměrné. Dalším problémem bylo také to, že daleko více převažoval útok nad obranou.

Obrázek 3- rozestavení 2-3-5



Zdroj: conceptdraw, 2016

V roce 1925, kdy vzniklo pravidlo o postavení mimo hru, začínal vznikat nový tzv. tříobráncový systém, za jehož vznikem stál trenér Arsenalu Londýn Herbert Chapman. Oproti předchozímu systému se dvěma obránci působil tříobráncový systém více kompaktně. Zajistil lepší rovnováhu mezi obranou a útokem a také rovnoměrnější rozložení sil. (Milan Navara, 1986)

Obrázek 4- rozestavení 3-2-5



Zdroj: conceptdraw, 2016

S dalším vývojem hry začali trenéři týmů vymýšlet další taktiky, které by jejich mužstvo přisoudilo určitou výhodu ve hře. K dalším změnám docházelo v útočných řadách, kdy útočníci si měnili svá místa na hřišti, čímž se odpoutávali od osobního bránění. Obránci zpočátku útočníky neustále obsazovali, později ovšem došlo ke zkvalitnění obranné práce a přebíhajícího útočníka si přebíral druhý obránce.

Od roku 1950 byla rotace míst mezi útočníky doplněna rotací mezi středovou a obrannou řadou. S rozestavením čtyř obránců, dvou záložníků a čtyř útočníků zcela dominovala Brazílie na mistrovství světa v roce 1958 ve Švédsku, odkud si odvezla zlaté medaile. (Milan Navara, 1986)

Tento systém je charakterizován vysokými nároky na fyzickou a pohybovou úroveň hráčů a střídáním rychlých protiútoků s neustálým zapojením většiny hráčů do hry.

Obrázek 5- rozestavení 4-2-4



Zdroj: moacirbarbosa.wordpress, 2016

„V tomto období se začal v hodnocení systémů více zdůrazňovat obsah nad formou. Proto základní rozestavení hráčů a úkoly hráčů na konkrétních místech, které měly v minulosti dominantní význam, změnily výrazně svůj charakter. V současné době provádíme charakteristiku jednotlivých systémů hry družstva především z hlediska organizace činnosti hráčů, z jejich rozdílných úkolů v obranné a útočné fázi hry. Na základě těchto kritérií docházíme k následujícímu dělení útočných a obranných systémů:

Útočné systémy: systém postupného útoku, systém rychlého protiútku, systém kombinovaného útoku.

Obranné systémy: systém územní obrany, systém kombinované obrany, systém osobní obrany.” (Milan Navara, 1986, s.75)

V dnešní době se používají daleko propracovanější systémy a taktiky, než tomu bylo dřív. Nejenže je samozřejmost dokázat ovládat míč ve vysoké rychlosti, je také velice důležité se na hřišti pohybovat bez něj. Pokud je například útočící hráč osobně bráněn obráncem, může otevřít prostor pro svého kolegu z útoku tím, že se stáhne více do hloubky pole.

Problém ovšem může být to, že při systému 4:4:2 se útok nachází poměrně daleko od zálohy, proto se útočníkům nedostane takové podpory a stojí sami proti čtveřici obránců.

Tento systém se tedy začal zdokonalovat a vzniká proto systém 4:3:2:1, popřípadě 4:2:3:1. Větší variabilita a provázanost hráčů může vést k více gólovým situacím a navíc zde dochází ke zkracování prostoru mezi útočníky a záložní řadou, zatímco při systému 4:4:2 operovali na hrotu útoku pouze dva útočníci. Při využití takto rozšířených systémů je možné, že se do útoku dostanou i křídelní hráči a je tím zkvalitněna útočná část. Jelikož v dnešní době trenéři kladou velký důraz na dynamiku, rychlost a výbušnost, může tak lehce docházet k prolínání mezi krajními obránci a krajními záložníky. K dokonalosti dovedl tento systém Pep Guardiola, který se ze 4:2:3:1 přesunul k 4:3:3. Jedná se o systém, který zpopularizovala především španělská Barcelona. Systém je založen na spoustě přihrávek, kterými se mužstvo postupně přesouvá co nejbližší k soupeřovo brance. Opustilo se od agresivní a tvrdé hry, ale je potřeba především kreativních a technicky vyspělých hráčů. Při ztrátě míče často nastává tzv. represeting, při kterém se hráči ihned snaží získat míč zpět na své kopačky a to tak, že napadají ve sprintu své protihráče. Důležité je, aby se zapojil celý tým.

Obrázek 6- rozestavení 4-3-3



Zdroj: conceptdraw, 2016

3.9.2.2 Herní systémy

- **Obranné herní systémy**

Úspěšnost obranného herního systému závisí na spolupráci celého mužstva. Tým se do obranného postavení přesouvá ihned po ztrátě míče. Obranné systémy týmů jsou v dnešní

kopané velice dobře propracované a je velice náročné vstřelit branku, pokud hráči nevytvoří určitou chybu. Propracovanou defenzivou proslula italská kopaná, díky které vzniklo slovo Catenaccio, což znamená taktický systém s vysoce organizovanou a efektivně zvládnutou defenzivou zaměřenou na zmaření útoků protivníka.

- **Zónová obrana**

Při zónové obraně každý hráč zodpovídá za určitý prostor, který mu je ve hře vyčleněn. Může docházet k přebírání hráčů a jejímu lepšímu obsazování. Zároveň je však kladen důraz na velkou taktickou vyspělost hráčů.

- **Osobní obrana**

V osobní obraně hráč brání a zodpovídá za svého hráče, kterého má na starosti. Většinou se jedná o nebezpečného útočníka, popřípadě o hráče, který disponuje kvalitní hrou hlavou a tak dále. Tento způsob obrany byl využíván spíše v minulosti, dnes týmy preferují zónovou, popřípadě presingovou obranu. Osobní obrana bývá využívána například při standardních situacích či při rohových kopech.

- **Kombinovaná obrana**

Při kombinované obraně se jedná o propojení obrany zónové a osobní. Někteří hráči tedy brání soupeře osobně, jiní zase pomocí zónové obrany. Tato varianta se uplatňuje při bránění standardních situací nebo v prostorech, které by mohly být nebezpečné pro ohrožení branky.

- **Presingová obrana**

Presingovou obranou je známá španělská Barcelona, která se ihned po ztrátě míče snaží napadat protihráče a získat míč zpět na své kopačky. Při presování neboli napadání soupeře je potřeba, aby se zapojil celý tým. Tato obrana ovšem klade velké nároky na fyzickou vyspělost hráčů, jelikož se během krátkého úseku zúčastní velkého množství sprinterských soubojů. Důležité také je, aby při presování soupeře docházelo ke zkracování hřiště na co nejmenší prostor z toho důvodu, aby napadající hráči měli k soupeři co nejbliže.

3.9.2 Futsalová taktika

„Do taktiky patří herní systémy - organizace mužstva na hřišti, se snahou dosáhnout předem vytyčeného cíle. Podle schopností hráčů může trenér určit jeden nebo více systémů. Dobré mužstvo musí být schopno změnit svůj způsob hry a přizpůsobit svůj styl

hry podle toho, s jakým soupeřem se setká, jaké je jeho skóre nebo v jakém okamžiku hry se akce nachází.

Jako všechny kolektivní sporty, tak i u futsalu platí zásada: jakmile získá mužstvo míč - útočí, jakmile nad ním ztratí kontrolu, je nuceno bránit svou branku. Jsou tedy dvě herní situace: obrana a útok. Současné pojetí smazává rozdíl mezi útočníky a obránci = všichni hráči se zapojují do útoku a všichni brání." (Stříž, 2002, s.10)

3.9.2.1 Útočné herní kombinace

Útočné kombinace jsou základním prvkem ve futsale, během níž se prolínají obránci s útočníky a snaží se vstřelit branku. Mezi tyto herní kombinace můžeme zařadit kombinace, které jsou založené na přihrávce, na narážečce, na změně prostoru a na tzv. clonění.

Nejjednodušším herním prvkem ve futsale je kombinace pomocí přihrávky. Pokud hráč přihrává svému spoluhráči, dochází k této kombinaci. Existuje velké množství variant a provedení. Tyto kombinace se následně mohou dělit podle razance přihrávky, podle její rychlosti, výšky atd. Typická pro futsal je přihrávka nohou. Stejně tak ovšem může být ve futsale využíván výhoz brankáře, tedy přihrávka rukou. Tím může dojít k překvapivému a rychlému protiútku, kdy ještě soupeř není zcela zformován. Přihrávka rukou od brankáře je také využívána pokud soupeř praktikuje celoplošný presing. (Kresta, 2009)

Další herní variantou ve futsale je tzv. narážečka, kdy hráč přihrává svému spoluhráči, který mu ihned přihrávku vrací a tím se zbavuje svého protihráče. Tato varianta se často používá, pokud chce družstvo uvolnit ze soupeřova napadání. Následně tím může dojít k přečíslení bránících hráčů.

Hojně využívaná v dnešním futsale je kombinace, kde se klade důraz na změnu prostoru. Hráč ihned po přihrávce svému spoluhráči odběhne do jiného volného prostoru a vytváří tím možnost pro další kombinaci. Hráči však mohou měnit prostor, aniž by si přihrávali. Dochází tím k rotaci a zmatení bránícího družstva.

Dalším oblíbeným útočným herním prvkem je tzv. clonění. Rozumíme tomu tak, že hráč vědomě zablokuje obránce a zabrání mu tak v pohybu. Cílem je vytvořit prostor pro útočné kombinace svého týmu. Tyto herní kombinace jsou náročné, je třeba je nejdříve nacvičit, jelikož dochází ke střetu s futsalovými pravidly. Hráč totiž nesmí bránit ve hře svému protihráči, ani do něj strkat. Pro svou obranu by proto měl hráč, který clonu vykonává, překřížit ruce na prsou. Clonění je často využíváno při standardních situacích. (Kresta, 2009)

3.9.2.2 Obranné herní kombinace

Obranné herní kombinace jsou neméně důležité jako ty útočné. Bez správné součinnosti obrany je však nelze plnohodnotně provést. Tyto kombinace je třeba pečlivě volit podle průběhu utkání a také podle kvality soupeře. Mezi obranné herní kombinace můžeme řadit kombinace, které jsou založené na zdvojování soupeře, situace, které jsou založené na přebírání protihráčů a také situace, ve kterých dochází k zajišťování spoluhráčů.

Zdvojováním rozumíme to, kdy dva hráči brání jednoho útočící hráče. Tyto situace vznikají převážně tehdy, pokud víme, že útočící hráč je technicky velmi zdatný, má vynikající práci s míčem a dokáže téměř kdykoliv přejít přes bránícího hráče. V tu chvíli bychom měli hráče zdvojovat. Další možností, kdy se zdvojování využívá, je situace, ve které chceme na hráče vyvinout tlak a snažit se získat míč co nejdříve pro svůj tým. (Stříž, 2002)

Typickou obrannou formou ve futsale je také přebírání hráčů soupeře. Hlavní podstatou tohoto bránění je, že obránce přepouští útočícího hráče obránci za sebou a okamžitě se soustředí na jiného hráče. Získají tím tak více prostoru a také času. Důležité při této kombinaci je to, aby spolu vzájemně hráči komunikovali. Pokud hráč přepouští útočícího hráče, měl by na něj bránící hráč zavolat, že s přebíráním hráče počítá, aby následně nedošlo k nedorozumění, popřípadě přečíslení.

Další obrannou kombinací, která se ve futsale používá, je zajišťování spoluhráčů. Tato situace patří k základním herním situacím. Podstatou tohoto bránění je, že dochází k součinnosti bránících hráčů. Jakmile útočník přejde přes obránce, musí okamžitě další bránící hráč zaujmout jeho pozici, aby tak zabránil útočníkovi v hladkém postupu směrem na branku. Obránce, kterého útočník obešel, tak musí okamžitě zaujmout postavení předešlého hráče. Hovoříme tedy o vzájemném zajišťování. (Kresta, 2009)

3.9.2.3 Herní systémy futsalu

Když mluvíme o herních systémech neboli o formaci, nemáme na mysli pevné postavení v řadě nebo ve čtverci, ale organizované posouvání hráčů na hřišti v souladu s určitými cíli, úkoly a funkcemi. Formace používáme obranné nebo útočné. Obrana nám slouží jako taktická varianta pro ubránění soupeře a útočná zase pro překvapení soupeře. Je nutné vybrat vždy správnou variantu na jednotlivého soupeře a také správně reagovat na počet hráčů na hřišti, či na okolnosti zápasu. Formace musí být dynamická a flexibilní.

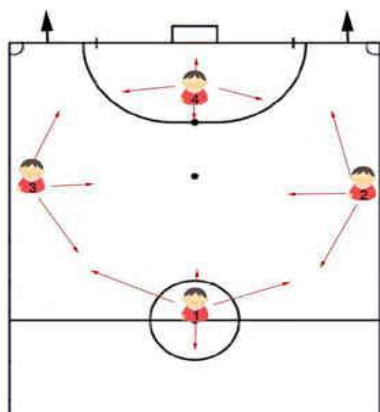
- **Obranné formace**

1-2-1 (3-1)

Výhodou systému 1-2-1 je, že je založen na sérii trojúhelníků a vytváří tak účinné pokrytí prostoru. Hráči jsou rozestaveni v kosočtverci a posouvají se postupně podle těžiště míče. Podle pozic můžeme určit, jaké postavení zaujímají. Před brankářem se pohybuje stoper, který by měl disponovat kvalitní rozehrávkou, na stranách hřiště se nacházejí křídla, která jsou často rychlostně a technicky dobře vybavena. Nejvýše se nachází pivot, který by měl být silný na míči a schopný udržet prostor pro svůj tým.

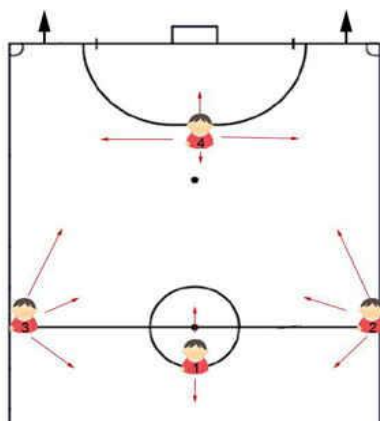
Nevýhodou systému je velká fyzická náročnost a to za předpokladu, že soupeř rychle přesouvá míč z jedné strany hřiště na druhou. Systém 1-2-1 je velmi efektivní na malém prostoru. Pokud ovšem soupeř roztáhne křídla do stran a zvětší tím hrací prostor, je daleko těžší uhájit prostor a systém se stává méně efektivním.

Obrázek 7 - rozestavení 1-2-1



Zdroj: futsalside, 2016

Obrázek 8- rozestavení 3-1



Zdroj: futsalside, 2016

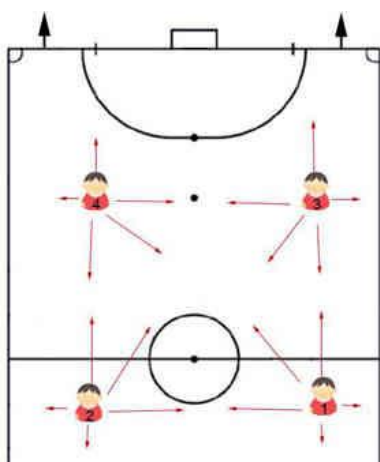
2-2

V systému 2-2 jsou hráči postaveni do formace čtverce, kdy dva z hráčů jsou obránci a dva útočníci. Často však může docházet k jejich prolínání, jelikož ve futsale platí, že každý hráč může útočit i bránit. Pokud tedy chceme zvýšit šance svého mužstva na úspěch, je potřeba, aby každý hráč z týmu dokázal nastoupit, popřípadě zaskočit na kterémkoliv místě na hřišti.

Výhoda systému může být spatřena v tom, že je velmi efektivní, pokud soupeř hraje power-play s jedním hráčem uprostřed (2-1-2). Použijeme-li tuto formaci čas od času a opatrně, je soupeř často překvapen. Tato formace se ale ve hře příliš neuplatňuje a není tedy moc obvyklá.

Nevýhodou naopak může být to, že v této formaci existují pouze dvě obranné linie. Pokud tedy soupeř pokoří první linii, dochází k přečíslení a obranné postavení je navíc nevýhodné v tom, že každý obránce se nachází na jedné straně hřiště, čímž hůře dochází k zabezpečení nebo ke zdvojení protihráče. (Stříž, 2002)

Obrázek 9- rozestavení 2-2



Zdroj: futsalside, 2016

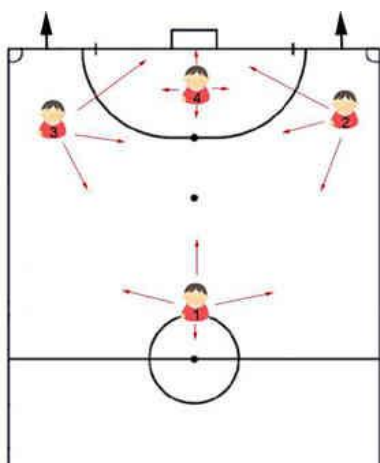
1-3

Obranná formace 1-3 působí také jako útočná a často může být nazývána jako sebevražedná. Jedná se totiž o způsob aktivní obrany, kdy mužstvo nezáleží na svou obranou polovinu, aby čelilo nájezdům protivníka, ale naopak vysouvá své tři hráče, aby napadali obranu soupeře a vytvářeli tak na ní tlak, aby donutili soupeře k chybě. Tímto aktivním pojetím hry lze často snadno získat míč a využít chyby protivníka ve svůj prospěch. Taktika je mnohdy využívána, pokud tým prohrává, chce zvrátit stav zápasu a

nechce ještě riskovat hrou bez brankáře, nebo pokud druhý tým má již pět akumulovaných faulů a při dalším faulu by docházelo k pokutovému kopu.

Nevýhodou systému je velká fyzická náročnost, a pokud je soupeř více než dobře technicky vospělý, může lehce dojít k přečíslení. Důležité také je, aby poslední hráč neztratil míč, snadno by totiž došlo k přečíslení, jelikož útočníci hráči jsou vysoko na polovině soupeře. (Stříž, 2002)

Obrázek 10- rozestavení 1-3



Zdroj: futsalside, 2016

- **Útočné formace**

- 1-2-1 (3-1)

Podobně jako u obranných formací, tak i u útočných formací se využívá stejného postavení hráčů. Vychází se ze zabezpečené obrany, kdy je útok dobře jištěn třemi hráči i po ztrátě míče. Pokud je v týmu kvalitní silový hráč, který dokáže zády k soupeřovi brance podržet míč, může to být velmi efektivní formace. Bez kvalitního pivota se ovšem systém 3-1 nedá efektivně zahrát. Hráči se totiž snaží dostat míč na pivota, který následně míč posouvá svým spoluhráčům do výhodných pozic.

Obrázek 11- útočná formace 3-1



Zdroj: futsalside, 2016

2-2

Formace 2-2 je velmi účinná, pokud se v mužstvu nachází hráč, který umí projít přes soupeře jeden na jednoho po lajně. Toto postavení je také dobré použít, pokud je soupeř zalezlý na své polovině a urputně brání. V takovém případě můžeme využívat střelby z dálky.

Formace je také velice riskantní. Pokud dojde ke ztrátě míče, je obrana velmi málo zabezpečená, jelikož hráči jsou roztaženi po celé hrací ploše a může snadno dojít k ohrožení branky. Vzhledem ke vzdálenosti hráčů od sebe jsou také omezené možnosti na výměnu pozic a rotaci hráčů.

Obrázek 12- útočná formace 2-2



Zdroj: futsalside, 2016

4-0

Formace 4-0 je ideální pro mužstvo, které chce držet míč na svých sálovkách a diktovat tempo hry. Hráč, který má míč, je velmi blízko hráči, kterému může přihrát. Navíc pokud soupeř přistoupí k individuálnímu bránění, otevírá se velké množství volného prostoru.

Nevýhodou naopak může být, pokud soupeřící družstvo využívá k bránění zónovou obranu. Těžko se touto formací dostane do zakončení, jelikož prostor bude zhuštěný. Formace také vyžaduje, aby hráči byli na velmi dobré technické úrovni.

3-2

Taktika 3-2 se používá z velké většiny jen na soupeřově polovině. Taktika je užívaná proto, aby došlo k udržení míče, hráči si trochu odpočinuli a neběhali tolik bez něj, nebo proto, aby tým vstřelil branku při převaze hráčů na hřišti.

Obrázek 13- rozestavení 3-2



Zdroj: futsalside, 2016

3.10 Herní činnosti

3.10.1 Útočné herní činnosti

3.10.1.1 Vedení míče

Vedení míče lze také popsat tak, že se jedná o aktivitu, kterou nutně musí zvládat každý hráč futsalu nebo fotbalu. Jedná se o jakousi synchronizovanou práci dolních končetin, které usměřňují míč takovým způsobem, aby šel určeným směrem. Hráč míč ovládá a

koriguje svou končetinou tak, aby se ho nemohl zmocnit protihráč. Ideální vedení míče je takové, kdy má hráč hlavu zpříma nahoře a sleduje své spoluhráče, kterým by mohl přihrát, popřípadě protihráče, kteří se mu snaží míč odebrat.

3.10.1.2 Zpracování míče

Zpracování míče patří mezi výchozí fotbalové a futsalové dovednosti, které se hráči učí již na svých prvních trénincích. Jedná se totiž o velice důležitý aspekt hry. Rozumí se tím získat míč pod svou nadvládu a kontrolu, popřípadě s ním dále pokračovat k soupeřovi brance nebo ho dále přihrát spoluhráči. Ve futsale se nejčastěji zpracovává míč, který se kutálí po zemi, a to pomocí podrážky boty.

Jelikož sálová obuv, na rozdíl od té fotbalové, neobsahuje žádné špunty, má díky tomu hráč lepší cit na míč. V době, kdy se dotkne míč podrážky, je třeba, aby hráč nohou přitlačil k zemi a nedošlo tak k odrazu míče.

Existuje celá řada možností, jak kutálející se či letící míč zpracovat. Jednou z nich je také zpracování míče vnitřní stranou nohy. Tento způsob je převážně prováděn u fotbalistů, kteří takto zpracovávají at' už krátké či dlouhé, nebo také prudké či méně prudké přihrávky. Při tomto zpracování je důležité, aby hráč vytočil vnitřní stranu nohy směrem k míči, jako tomu je u přihrávky vnitřní stranou končetiny. Pokud hráč očekává prudkou přihrávku, je důležité, aby byl proveden zpětný pohyb nohy, která přihrávku utlumí. Samozřejmě také je zpracování míče pomocí těla, at' už se jedná o zpracování stehnem nebo o zpracování míče hrudníkem. Při tomto provedení je míč před dopadem na hrací plochu zpracován jinou částí těla než je chodidlo. (Kresta, 2009)

3.10.1.3 Přihrávání

Přihrávání je jedna z nejdůležitějších akcí nejen ve futsale či fotbale, ale ve všech sportovních a míčových hrách všeobecně. Bez správné a úspěšné přihrávky není možné docílit vstřelení branky, pokud tedy není brán v potaz vlastní gól. Přihrávku lze směřovat na jakoukoli vzdálenost, jakýmkoli směrem, záleží, jakým herním systémem se družstvo prezentuje.

Vzhledem k velikosti hrací plochy, na které je futsal hrán, se používají převážně krátké přihrávky o vzdálenosti od pěti do deseti metrů. Výhodou přihrávky je to, že zrychluje hru a soupeř se na tak nemůže připravit nebo zareagovat. Podobným herním prvkem, jako je krátká přihrávka, lze označit také nárazěčku, která se velmi často využívá při stísněném prostoru. Rozumí se tím, že hráč s míčem přihraje svému spoluhráči a ihned si nabíhá do

volného prostoru za účelem zbavení se svého obránce, mezitím mu hráč již adresuje přihrávku.

Existuje velké množství přihrávek, které lze využívat. Nejčastěji se používá přihrávka nohou. Základní přihrávkou je přihrávka vnitřní stranou nohy, jedná se o jedno z nejpřesnějších provedení. Náprah probíhá v kyčelním kloubu a je prováděn došlap, kdy stojná noha stojí vedle míče a následuje pohyb druhé nohy vpřed, ve směru kopu.

Další přihrávkou, která je s oblibou používána, je přihrávka vnějším nártem, jinak nazývána také šajtle. Kop je prováděn tak, že špička je vytočená dovnitř a do míče je udeřeno vnější stranou nártu.

Mezi málo využívané přihrávky patří přihrávka špičkou. Hráč udeří do míče špičkou boty pomocí malého náprahu. Tato technika kopu je prováděna převážně ve futsale, jelikož na malém prostoru není příliš mnoho času na přípravu míče. Při přihrávce špičkou není třeba dávat míči velkou razanci. Neméně často se můžeme také na hřištích setkat s přihrávkou hlavou. (Kresta, 2009)

3.10.1.4 Střelba

Střelba je velice důležitým a podstatným prvkem, který je potřebný pro vstřelení branky. Jedná se o poslední herní činnost, která uzavírá kruh, který byl až do této chvíle realizován. Ve vrcholovém sportu je nutností a samozřejmostí, že hráč zvládá střelbu oběma nohama a několika způsoby.

Střelbu můžeme dělit na několik typů. Velmi častým typem je střelba vnitřní stranou nohy. I když střelba nemá takovou razanci, tak je velmi přesná, jelikož je při ní míč zasažen velkou plochou chodidla. Oproti tomu střelba přímým nártem může působit velmi razantně, otázkou ovšem zůstává, jak moc přesná bude, protože míč je oproti střelbě vnitřní stranou nohy zasažen menší plochou chodidla. Tato střelba je užívána převážně při standardních situacích z větší dálky, nebo naopak chce-li hráč propálit brankáře z blízkosti. Pokud hodlá hráč překvapit brankáře, může zvolit střelbu špičkou. Tato technika je s oblibou využívána u futsalových hráčů. Nevyžaduje žádnou velkou technickou zdatnost, jen je třeba trefit míč špičkou boty. Pro brankáře může být tato technika překvapující, jelikož nevyžaduje žádný rozběh ani pořádný náprah. (Kresta, 2009)

3.10.1.5 Obcházení soupeře a clonění

Obcházení soupeře je činnost, při které musí hráč pomocí klamavých pohybů nebo technických fines překonat bránícího hráče. Ve fotbale touto schopností disponují převážně krajní záložníci, kteří jsou dostatečně rychlostně a technicky vybavení a nedělá jim problém překonat svého strážce. Výhodou může být velikost hřiště. Pokud totiž hráč nedosahuje technické vyspělosti natolik, aby obelstil protihráče kličkou, může si jednoduše před něj navést míč a poté mu utéct. V současném fotbale jsou však obránci vybaveni po technické a fyzické stránce stejně jako útočící hráči, je tedy velice obtížné neustále vymýšlet nové technice finesy. (Stríž, 2002)

Ve futsale je důležité využívání klamavých pohybů, jelikož na malém prostoru rozhodují maličkosti. Velmi oblíbenou kličkou ve futsale je tzv. krátká neboli rychlá klička. Znamená to, že hráč postupuje pomalu s míčem, poté náhle rychlým pohybem si posune míč do strany a pokračuje v běhu. Velmi důležité je, aby hráč po provedení kličky nezpomaloval, ale naopak využil toho, že se dostal za obránce a vyrazil ihned dopředu.

Typickým futsalovým znakem, který se na fotbalových trávnících příliš často nevidí, je tzv. clonění. Cloněním je chápáno to, že útočící hráč se postaví před bránícího hráče a znemožní mu pohyb. Hráč tak získá čas pro své spoluhráče. Hojně je tato technika využívána při standardních situacích, které často rozhodují o výsledku utkání. Nejvíce užívanou je tzv. čelní clona, kdy se hráč postaví před obránce tváří v tvář. (Kresta, 2009)

3.10.2 Obranné herní činnosti

3.10.2.1 Obsazování hráče s míčem

Obsazování hráče s míčem je herní činnost, kdy se bránící hráč snaží protivníkovi znemožnit postupovat s míčem k brance, popřípadě ho dostat do nevýhodné pozice. Snahou obránce tedy je, aby soupeř v žádném případě nepronikl obranou, popřípadě nevystřelil, či jinak neohrozil branku. Hlavním pravidlem při postavení bránícího hráče je, že by měl vždy stát v prostoru, ve kterém se nachází protihráč s míčem a pomyslný střed branky. Obránce by měl stát proti útočníkovi v čelném postavení, aby mohl bezpodmínečně reagovat na změny jeho pohybu. Toto postavení dovoluje jak běh vpřed a vzad, tak také přechod do bočního postavení, čímž je možné útočníka vytlačit směrem ze hřiště. Při obsazování hráčů lze volit ze dvou možností. První z nich je těsné obsazování, které se používá, pokud je útočník bezprostředně u hráče. Druhé bránění je nazýváno volné a využívá se zejména, pokud má hráč od útočníka větší vzdálenost. V zásadě by

mělo platit to, že čím blíže je hráč vlastní brance, tím by bránění mělo být těsnější. (Kresta, 2009)

3.10.2.2 Obsazování hráče bez míče

Obsazování hráče bez míče se zahajuje ihned po ztrátě míče, neboli při změně útočné fáze do obranné. Snahou obránců je co nejvíce znemožnit soupeřovi jeho uvolnění, zpracování míče, popřípadě střelbu. Platí stejná pravidla jako u obsazování hráče s míčem. To znamená, že hráč by měl být v prostoru mezi míčem a středem branky, a čím blíže vlastní brance se nachází, tím by mělo být bránění těsnější.

3.10.2.3 Obsazování prostoru

Mezi důležité herní činnosti obránce patří bezesporu obsazování prostoru. Obránce během přechíslení zaujímá takové postavení, aby znemožnil a zpomalil postup útočících hráčů na branku. Obránce se snaží vykrýt co největší prostor a snaží se zdržet útočníky, než dorazí na pomoc další bránící hráči. Hráčovou úlohou tedy není míč bezpodmínečně odebrat, pokud si není maximálně jistý, že by mohl být úspěšný.

3.10.2.4 Odebírání míče

Odebírání míče patří mezi nejtěžší herní činnosti obránce. Kdo tuto úlohu nezvládá s bravurou, může často faulovat a tím i poškozovat své mužstvo nejen načtením akumulovaného faulu, ale také standardní situací. Pokud nelze míč soupeři ihned odebrat, je třeba hrát s rozvahou a snažit se vytvořit na protivníka tlak, který by mohl zapříčinit to, že on sám by udělal chybu a například pokazil přihrávku. Ideální odebrání míče je pro obránce ten moment, kdy na útočníka míří přihrávka a bránící hráč ho předskočí a míč mu odebere nebo mu do přihrávky vběhne. Další možnost, jak hráči odebrat míč, je v době, kdy si míč zpracovává, ovšem stále ho nemá pod úplnou kontrolou. Jedna z nejtěžších možností, kdy lze míč odebrat, je ta, kdy už útočník postupuje s míčem vpřed a má ho plně pod kontrolou. Obránce by měl v tomto případě zaujmout boční postavení a snažit se útočníka vytlačit do pozice, ve které by se mu míč nejlépe odebíral. Důležité je také sledovat, jak si útočník míč vede, v případě, že mu míč odskočí od nohy, je třeba po něm vystartovat a odebrat ho. Pokud hráč již přešel přes obránce a nemůžeme mu míč odebrat čelně, je možné použít odebrání míče pomocí skluzu. Je třeba ovšem brát v potaz, že dle futsalových pravidel je zakázáno provádět skluz směrem do hráče. Proto je odebrání skluzem používáno jen jako jedna z posledních možností. (Kresta, 2009)

3.11 Kondiční příprava

Kondice je velice úzce spjata s motorickou zátěží, mezi které patří například vytrvalost, rychlost, síla nebo ohebnost. Bez základních kondičních schopností nelze provozovat vrcholný sport. V určitém věku bývá ovšem složité vzájemně skloubit kondici s technikou. Zejména v amatérských týmech se často dbá převážně na to, aby hráči během přípravy běhali dlouhé běhy na úkor tréninku s míčem. Tím může docházet k zhoršování technické vyspělosti a naopak k dominanci silových, rychlostních nebo vytrvalostních schopností. Existuje celá řada metod, jak trénovat a zlepšovat kondici hráče. (Dovalil, 2009)

Pokud chceme rozvíjet střednědobou a dlouhodobou vytrvalost, je zapotřebí dbát na to, aby nedocházelo k produkci kyseliny mléčné neboli laktátu, jelikož v případě, že se laktát objeví, začíná se ukládat do svalů, které následně tuhnou.

Aby se trénink na hráči projevil, je potřeba, aby intervalové metody byly opakovány častěji a je třeba je kombinovat s dalšími metodami, které jsou založené na nepřerušovaném zatížení. Při této metodě se střídají úseky s větší a menší intenzitou zatížení.

V rozsahu tepů by se hráč měl pohybovat mezi 130-170 tepy za minutu, neměl by však klesnout níže. Ideální cvičení na rozvoj dlouhodobé vytrvalosti je takové, kdy se hráč pohybuje v úrovni anaerobního prahu, kde je následně kladen nárok na aerobní systém a také se tím snižuje možnost aktivace kyseliny mléčné. (Psotta, 2006)

Při krátkodobé vytrvalosti hráč vykonává pohybovou činnost většinou v rozmezí dvou až tří minut v co možná nejvyšším zatížení a intenzitě. Důležitým ukazatelem při rozvoji krátkodobé vytrvalosti je anaerobní kapacita. Anaerobní kapacitou se rozumí, jaké množství energie se dostane do těla bez možnosti přístupu kyslíku.

Pojem rychlostní vytrvalost je úzce spojený s rychlostí jako takovou. Rychlostní vytrvalost je však dána tím, jak dlouho je udržena maximální intenzita běhu. U rychlosti se hovoří o tom, jak rychle se dosáhne nejvyšší možné intenzity. V případě, že trénujeme rychlost jako takovou, je třeba dbát na delší čas odpočinku pro možnost zregenerování a kvalitnímu zotavení. Oproti tomu při tréninku rychlostní vytrvalosti je potřebné odpočinek zkrátit, jelikož pro rozvoj těchto schopností je důležitý vysoký počet opakování s menším odpočinkem. (Psotta, 2006)

3.12 Úrovně výkonnosti

V České republice se hraje mnoho soutěží jak futsalových, tak fotbalových. Avšak pouze v těch nejlepších týmech figurují sportovci jako profesionálové, tzn. jako ti, kteří se daným sportem živí. Ve fotbale, který je nejpopulárnějším sportem na světě, je mnohem jednodušší se uživit, než v nově se rozvíjícím sportu zvaném futsal. Z hlediska financí se ve fotbale točí obrovské sumy peněz, o kterých se futsalovým týmům může jen zdát.

Ovšem ve futsale se již začínají objevovat týmy a především bohaté státy, které růst futsalu finančně podporují. Pro příklad poslouží Ázerbájdžán nebo Kazachstán. Oba dva týmy se na právě skončeném EURU, které hostilo Srbsko, prezentovaly skvělou hrou. Při bližším prozkoumání jejich soupisek ale zjistíme, že naturalizovaných hráčů, tedy hráčů, kteří se narodili ve stejném státě, který i reprezentují, bychom napočítali sotva polovinu. Je to dané tím, že bohaté státy si vytipují kvalitní hráče v zahraničí, často se jedná o Brazilce, kterým následně nabídnou občanství a také spousty peněz. (www.Fotbal.cz, 2016)

3.13 Úroveň soutěží

Soutěže v českém fotbale a futsale jsou řazeny do čtyř úrovní. Jedná se o vrcholové, výkonnostní, nižší výkonnostní a rekreační úroveň.

3.13.1 Fotbal

Fotbal je v českých končinách jedním z nejoblíbenějších sportů. Většina malých dětí si volné chvíle zkracuje kopáním do míče se svými kamarády a sní o tom, jak jednou půjdou ve šlépějích známých českých fotbalových hvězd, ať už se jedná o Pavla Nedvěda, Tomáše Rosického nebo Petra Čecha. Děti většinou začínají s fotbalem ve věku kolem šesti let a to v místě svého bydliště.

Pokud hráč nemá vyšší ambice a fotbal hraje jen pro zábavu a pro radost, jedná se o rekreační úroveň. Na této úrovni se často nemusí ani trénovat a hráči se pouze sejdou o víkendu, aby odehráli mistrovské utkání. Soutěže, které jsou toho příkladem, může být například okresní přebor nebo 1. B třída.

Nižší výkonnostní úroveň se od té rekreační odlišuje především počtem tréninků. Je totiž třeba, aby se tým sešel alespoň dvakrát týdně na hřišti a vyzkoušel si různé rozestavení, popřípadě se trochu sehrál v modelovém zápase. Týmy v těchto soutěžích jsou často velmi vyrovnané a hráči se navzájem dobře znají. Většinou se jedná o týmy z okolních měst.

Mohou se objevovat určité bonusy, které hráči dostávají za vyhraná utkání. Soutěže s touto výkonností jsou například krajský přebor nebo 1. A třída.

Ve výkonnostní kategorii se často pohybují hráči, kteří prošli nějakou fotbalovou akademií nebo lepším týmem a neuchytili se ve vyšších soutěžích. Hrají zde také hráči, kteří již opouští scénu vrcholového fotbalu z důvodu věku a jdou "dohrát" svou kariéru do nižších soutěží. Hráči trénují třikrát až pětkrát do týdne. V těchto soutěžích hráči dostávají opět bonusy za odehrané zápasy a občasné také pobírají nižší plat. Nejedná se však o větší sumy, kterými by se mohl hráč zajistit. Většina z hráčů je tedy nucena chodit do pracovního procesu. Soutěže, kterých se výkonností úroveň týká, jsou divize, Česká fotbalová liga (ČFL) a Moravskoslezská fotbalová liga (MSFL). (Buzek, 2005)

Nejvyšší kategorie, kterou v České republice může fotbalista dosáhnout, je kategorie vrcholová. Na tu se dostanou jen ti nejlepší fotbalisté. Kategorie se dělí na Fotbalovou národní ligu a Synot ligu. Fotbalová národní liga je druhá nejvyšší fotbalová soutěž u nás. Hráči trénují pravidelně většinou každý den a pobírají plat. Ne každý ovšem dosáhne na takový plat, aby již nemusel chodit do pracovního procesu. Pouze ty nejlepší týmy soutěže mohou nabídnout nadstandardní podmínky hráčům. Do této soutěže tedy patří jak profesionální, tak poloprofesionální týmy.

Oproti tomu v Synot lize, která je nejvyšší soutěží u nás, figurují hráči jako profesionálové. Mají podepsané smlouvy a trénují často i dvakrát denně. Finanční bonusy hráčů se diametrálně odlišují. Záleží na mnoha faktorech, ať už se jedná o reprezentační zkušenosti, zkušenosti ze zahraničních soutěží nebo potencionální schopnosti. Ti nejlepší si mohou vydělat měsíčně sumy přesahující půl milionu korun. Samozřejmostí tedy je, že hráč dbá na své zdraví, na profesionální přístup a na svou životosprávu. (Buzek, 2005)

3.13.2 Futsal

Futsal jakožto mladý sport se s fotbalem, co se týče úrovně soutěží a úrovně výkonnosti, nemůže moc rovnat. Přesto můžeme i v České republice najít kluby, které jsou na profesionální úrovni, je jich ovšem velmi poskromnu. Jedním z nich je ERA-PACK Chrudim, několikanásobný futsalový mistr, který ve svém týmu zaměstnává hvězdné hráče z Brazílie, Španělska, ale i z České republiky.

Co se týče ostatních soutěží, je velmi složité hodnotit jejich kvalitu. 2. liga, která je rozdělena na západní a východní část, má spoustu kvalitních týmů, které každý rok spolu navzájem soupeří o postupové místo do nejvyšší soutěže. Týmy, které naopak hrají o

udržení, jsou výkonnostně velmi podobné s týmy, které se nacházejí v divizních soutěžích. Je tedy těžké říci, která soutěž působí jako výkonnostní a která jako ta s nižší výkonností. Mnoho hráčů bere futsal na nižších úrovních pouze jako odreagování od fotbalu nebo jakousi jeho odlišnou formu, kde si zlepší technické dovednosti s míčem a udrží se v kondici během zimní přestávky, která se ve fotbale objevuje.

Rekreační úroveň lze spatřit u krajských nebo okresních přeborů, kde jde čistě jen o radost z pohybu. Hráči na této úrovni zřídka používají složité futsalové rotace nebo signály, kterými se naopak mohou pyšnit převážně týmy 1. a 2. ligy. (ČMFS K. , 2007)

4 Hypotézy

1. Předpokládám, že postupný protiútok je dominujícím herním systémem (více než 50%) v útočné fázi hry ve fotbale a rotace hráčů je dominujícím herním systémem (více než 50%) v útočné fázi hry ve futsale.
2. Předpokládám, že ve fotbale je nejčastěji užívanou technikou při střelbě střela přímým nártem (více než 50%) a ve futsale je nejčastěji užívanou technikou střelby bodlo (více než 50%). Předpokládám, že při přihrávce je v obou sportech nejvíce využíván kop placírkou (více než 50%).
3. Předpokládám, že pro vedení míče je ve fotbale nejčastěji využívána placírka (více než 40%) a ve futsale podrážka boty (více než 40%).
4. Předpokládám, že přebírání hráčů je v obou sportech nejčastěji užívaná obranná taktika (více než 50%).
5. Předpokládám, že pro obcházení soupeře je v obou sportech nejčastěji volen způsob kličky (více než 50%).
6. Předpokládám, že v obou sportech je presing využíván ihned po ztrátě míče (více než 50%).
7. Předpokládám, že pokud se při nepříznivém výsledku mění ve futsale taktika, nejčastěji se jedná o hru bez brankáře (více než 40%), a také předpokládám, že ve fotbale se nejčastěji bude při nepříznivém výsledku měnit rozestavení na 4:3:3 (více než 40%).
8. Domnívám se, že ve fotbale bude hra hlavou nejčastěji využívána při střelbě (více než 45%), a také předpokládám, že ve futsale bude hra hlavou nejčastěji užívána při přihrávce (více než 45%).

5 Metodologická část

5.1 Dotazníkové šetření

Dotazníkové šetření bylo realizováno v lednu 2016. Dotazníky jsem rozdál ve fotbalových a futsalových klubech v Praze, v Chomutově a v Mostě s žádostí o jejich vyplnění. Vypsání dotazníků bylo dobrovolné a anonymní. Šetření se zúčastnilo 30 respondentů, kteří se věnují futsalu nebo fotbalu, popřípadě oběma sportům na různých výkonnostních úrovních.

5.1.2 Statistické zpracování dat

Výsledky dotazníkového šetření jsem vyhodnotil a poté následně zpracoval do přehledných grafů v programu Microsoft Excel.

5.1.3 Dotazník

Dotazník, který jsem rozdál respondentům, je k dispozici v příloze č. 1.

5.2 Hlubkový rozhovor

Hlubkový rozhovor jsem uskutečnil 6. 2. 2016 v Chomutově. Rozhovor jsem vedl s profesionálním fotbalistou a příležitostným hráčem futsalu Patrikem Gedeonem, který v současné době působí v mosteckém Baníku. Za svou fotbalovou kariéru však prošel mnoha kluby, mimo jiné například pražskou Slávií a Duklou. Působil také v Lichtenštejnsku nebo Polsku. Za svou fotbalovou kariéru nasbíral tři reprezentační starty za národní tým.

5.2.1 Popis rozhovoru

Rozhovor se skládal z 10 otázek, které jsem panu Gedeonovi pokládal osobně. Otázky se týkaly technicko-taktických rozdílů ve futsale a ve fotbale. Chtěl jsem zjistit, jaké návyky má bývalý reprezentant, a následně je porovnat s ostatními respondenty z dotazníkového šetření, ve kterém se profesionálních fotbalistů objevilo jen poskrovnu.

6 Výsledková část

6.1 Dotazníkové šetření

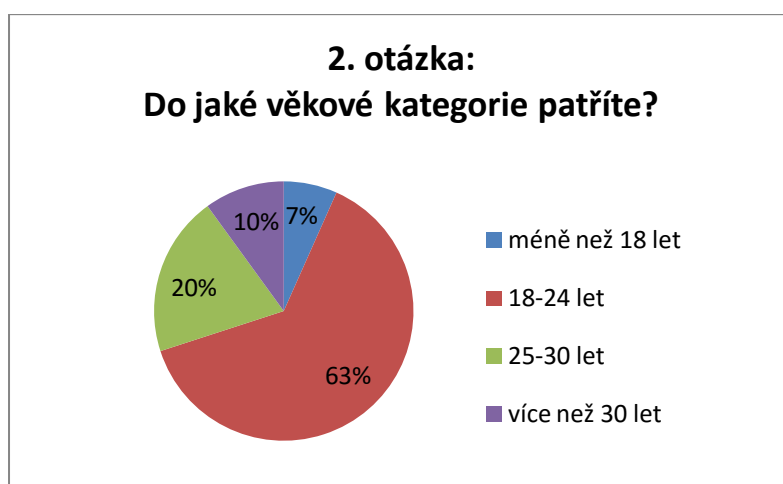
Graf 1 - Pohlaví (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Graf č. 1 ukazuje, že dotazníkového šetření se účastnilo 87% mužů a 13% žen.
- Domnívám se, že fotbal je stále populárnějším sportem u mužů než u žen, proto se do mého dotazníkového šetření zapojilo více mužů než žen.

Graf 2 - Věková kategorie (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Dotazníkového šetření se zúčastnilo 63 % respondentů ve věku mezi 18-24 lety. Druhou největší skupinou dotazníkového šetření (20 %) byla skupina lidí ve věku mezi 25-30 lety. 10% z dotazovaných respondentů se nacházelo ve věkové hranici starších 30 let. Pouze

7% je mladších 18 let.

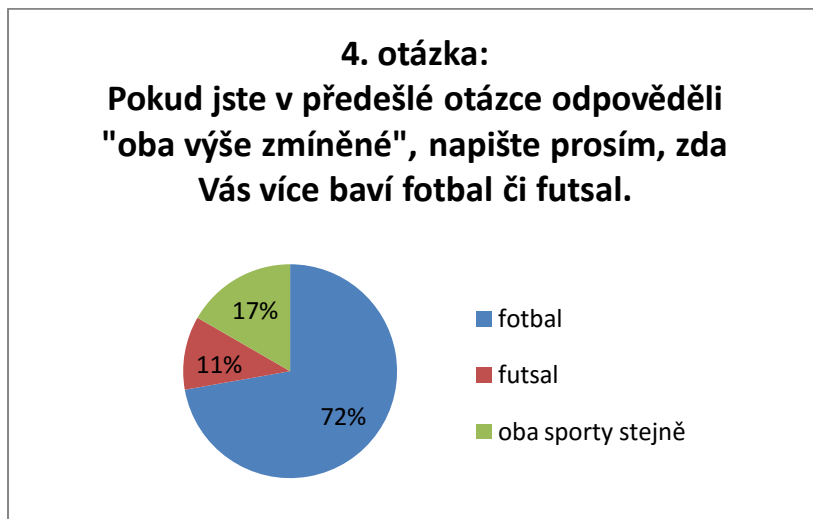
Graf 3 - Výběr sportů (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 3 vyplývá, že 60 % respondentů provozuje aktivně jak fotbal, tak futsal, 23 % vykonává pouze fotbal a 17 % dotazovaných se věnuje pouze futsalu.
- Z grafu je také patrné, že větší popularitě se mezi respondenty těší fotbal.

Graf 4 - Popularita sportů (%)

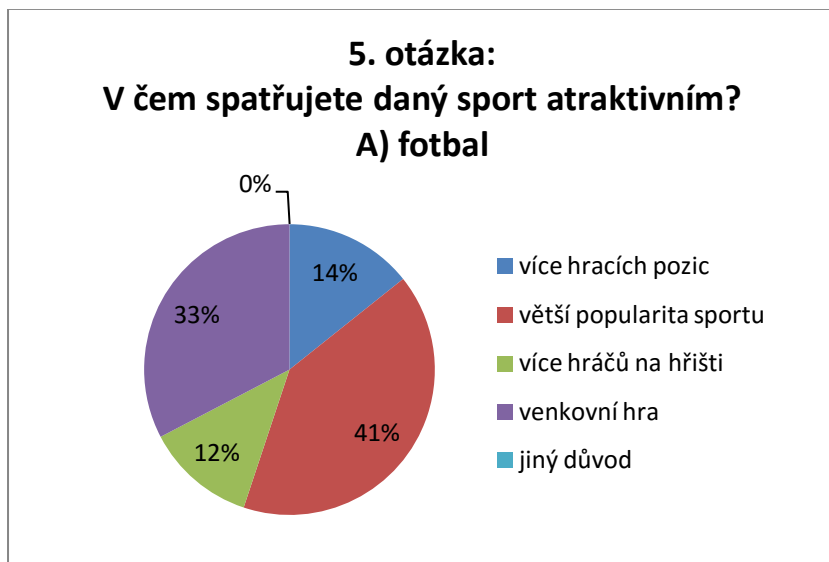


Zdroj: vlastní šetření

- Graf č. 4 ukazuje, že 72 % respondentů baví více fotbal než futsal, který má ve větší oblibě pouze 11 % dotázaných. 17 % dotazovaných uvedlo, že nevidí žádný velký rozdíl mezi těmito sporty a oba se těší stejné oblibě.

- Domnívám se, že fotbal je více oblíbený z důvodu jeho celosvětové popularity.
- Tato otázka byla položena jako otevřená a to pro ty, kteří v předešlé otázce zvolili odpověď „oba výše zmíněné“.

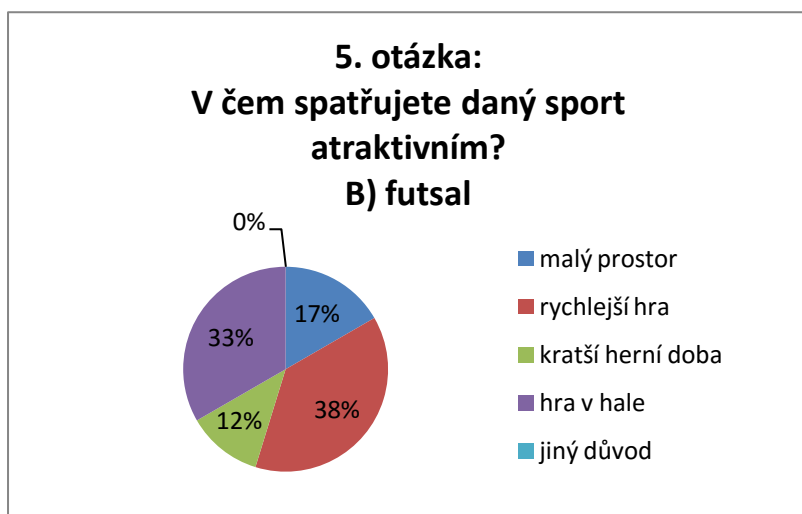
Graf 5 - Atraktivita sportů (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 5 vyplývá, že 41 % respondentů uvedlo, že fotbal je pro ně atraktivnější z důvodu větší popularity sportu. 33 % dotazovaných uvedlo, že se jim na fotbale líbí možnost venkovní hry neboli hra pod otevřeným nebem.
- 14 % dotazovaných preferuje fotbal z důvodu možnosti hraní na více pozicích a 12 % respondentů uvedlo, že se jim zamlouvá možnost hrát v jednom týmu s více spoluhráči.
- Žádný z respondentů neuvedl jiný důvod.
- Respondenti mohli v této dotazníkové položce označit více odpovědí.

Graf 6 - Atraktivita sportů (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Hodnoty grafu č. 6 udávají, že 38 % dotazovaných upřednostňuje futsal před fotbalem z důvodu jeho rychlejší hry.
- 33 % respondentů uvedlo, že atraktivitu futsalu spatřují převážně v tom, že hra se odehrává v hale.
- Malý prostor hrací plochy shledává atraktivním 17 % respondentů a kratší herní doba je důvodem, proč je futsal atraktivním pro 12 % dotazovaných.
- Paradoxem může působit to, že respondenti ve 33 % případů uvedli, že se jim zamlouvá jak hra v hale, tak hra venku.
- Respondenti mohli v této dotazníkové položce označit více odpovědí.
- Žádný z respondentů neuvedl jiný důvod.

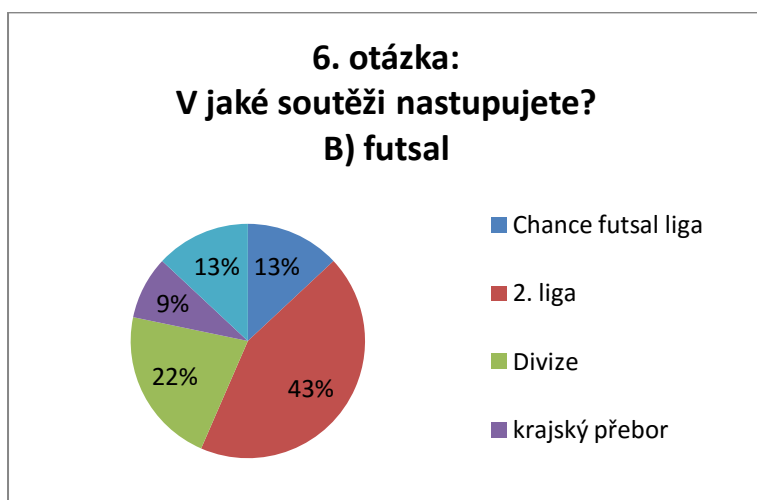
Graf 7 - Soutěž (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Graf č. 7 ukazuje, že 28 % dotazovaných působí v divizi.
- Do krajského přeboru a ČFL nastupuje 20 % dotázaných respondentů.
- 12 % respondentů působí ve Fotbalové národní lize.
- 8 % z dotazovaných uvedlo, že působí v 1. A třídě a dalších 8 % působí v Synot lize.
- 4 % respondentů uvedlo, že nenastupují v žádné soutěži.

Graf 8 - Soutěž (%)

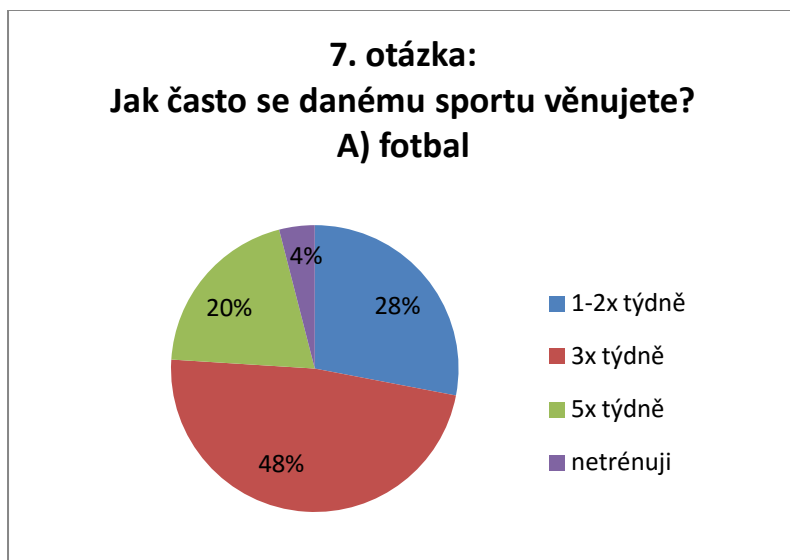


Zdroj: vlastní šetření

- Z šetření vyplývá, že 43 % respondentů nastupuje ve 2. futsalové lize.

- Z grafu č. 8 lze zjistit, že 22 % dotázaných působí v divizní soutěži.
- 13% respondentů působí v Chance futsal lize. Stejné procento dotázaných také uvedlo, že v žádné soutěži nenastupují.
- 9 % respondentů svou futsalovou kariéru rozvíjí v krajském přeboru.

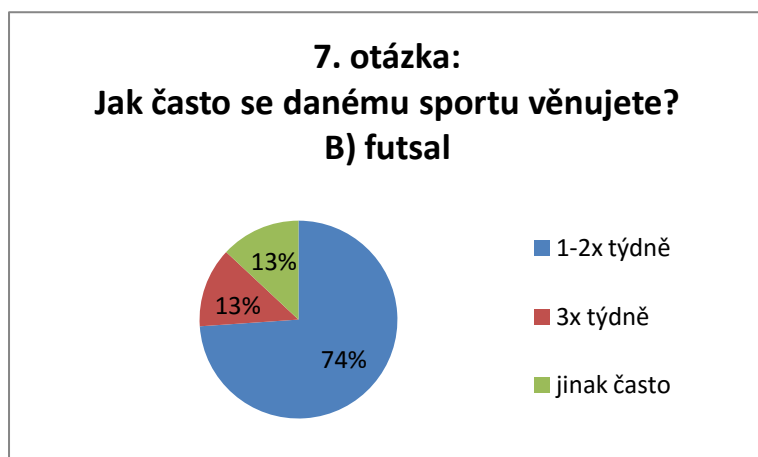
Graf 9 - Pravidelnost tréninku (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z šetření je patrné, že 48 % respondentů se věnuje fotbalu 3x týdně.
- 28 % dotazovaných uvedlo, že fotbal vykonává pouze 1-2x týdně.
- 20 % dotázaných uvádí, že trénují až 5x týdně.
- 4 % respondentů uvedlo, že netrénují ani jednou v týdnu.

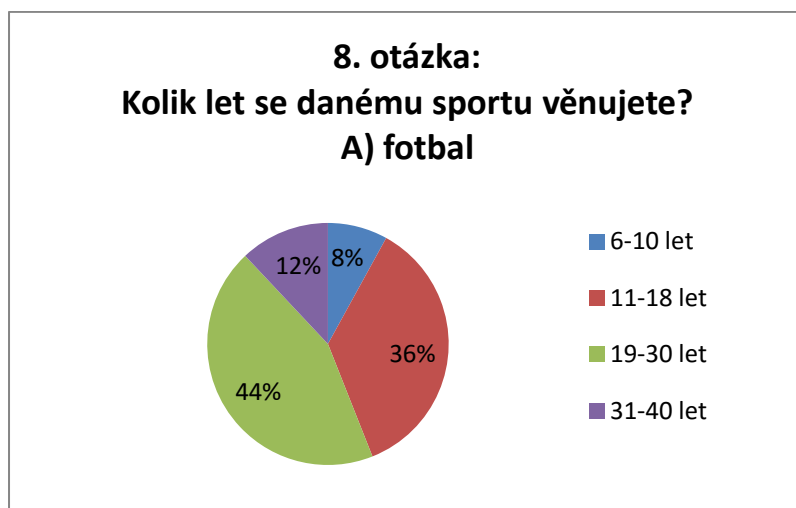
Graf 10 - Pravidelnost tréninku (%)



Zdroj: vlastní šetření

- 74 % respondentů uvedlo, že se věnuje futsalu 1-2x týdně.
- 13 % dotázaných uvedlo, že trénují 3x týdně.
- 13 % dotazovaných uvedlo, že trénují jinak často. Ve většině případů respondenti uvedli, že netrénují, ale chodí občasně na zápasy.

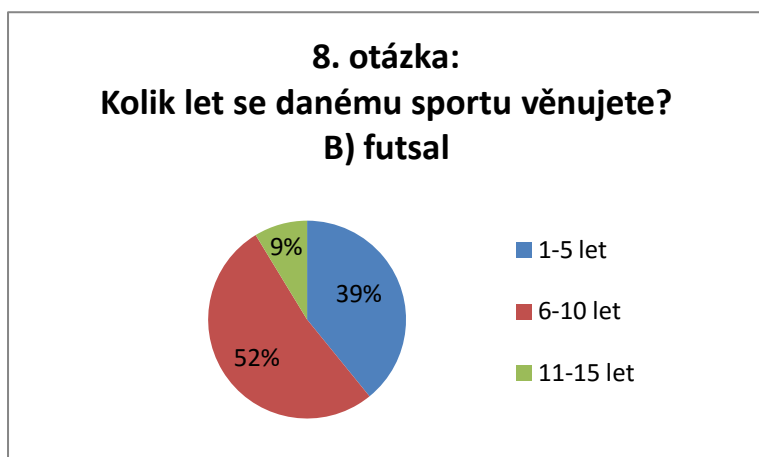
Graf 11 - Jak dlouho hrajete fotbal (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 11 je patrné, že 44 % respondentů se věnuje fotbalu 19-30 let.
- 36 % respondentů uvedlo, že fotbal vykonávají již 11-18 let.
- 12 % dotazovaných se věnuje fotbalu 31-40 let. 8 % dotázaných respondentů uvádí, že fotbal vykonávají 6-10 let.

Graf 12 - Jak dlouho hrajete futsal (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu je patrné, že 52 % respondentů uvedlo, že se věnují futsalu mezi 6-10 roky.
- 39 % dotázaných uvedlo, že futsal vykonávají od 1-5 let.
- 9 % respondentů uvádí, že se futsalu věnují 11-15 let.

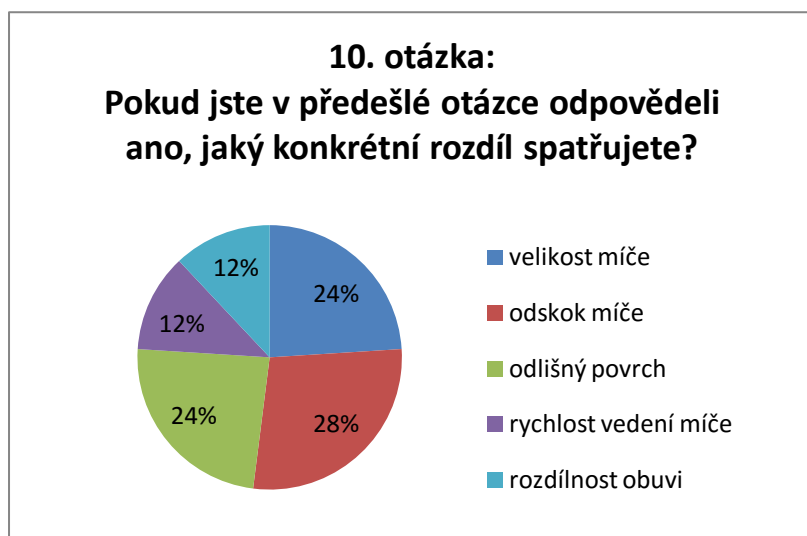
Graf 13 - Vedení míče (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Hodnoty grafu č. 13 ukazují, že 17 % respondentů nespatřuje žádný rozdíl při vedení míče ve futsale a ve fotbale, zatímco 83 % uvádí, že ano.

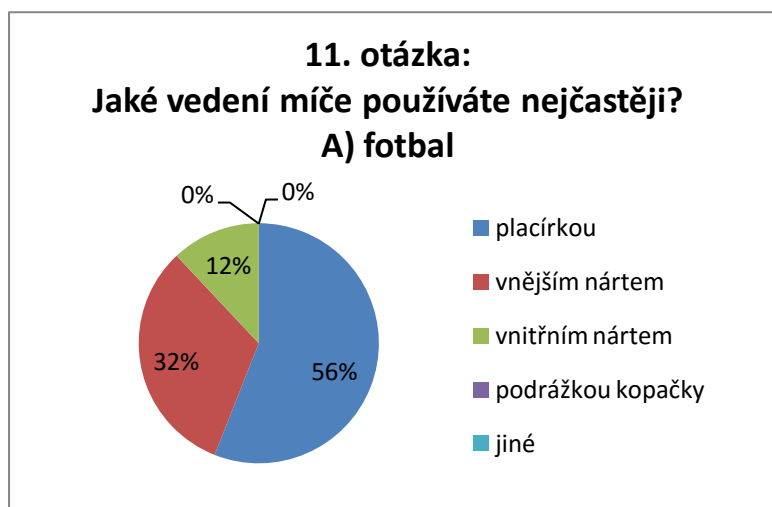
Graf 14 - Rozdíly ve vedení míče (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu vyplývá, že 28 % respondentů uvádí, že odlišný odskok míče je hlavní rozdíl, který spatřují ve vedení míče při futsale a při fotbale.
- 24 % dotázaných uvádí, že největší rozdíl vidí ve velikosti míče. Dalších 24 % respondentů uvedlo, že odlišný povrch je to, co vidí jako rozdíl.
- Pro 12 % respondentů je hlavním rozdílem ve vedení míče rozdíl obuvi v obou sportech. Pro dalších 12 % dotázaných je největším rozdílem rychlost, kterou se míč v daném sportu vede.
- Tato otázka byla položena jako otevřená. Respondenti tedy mohli uvádět různé názory, které spatřují pro rozdílné vedení míče.

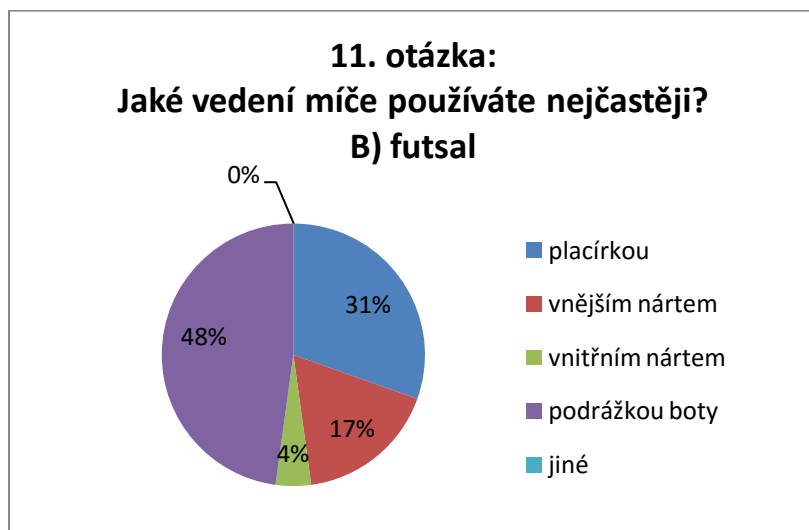
Graf 15 - Vedení míče (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Graf č. 15 ukazuje, že 56 % dotazovaných vede nejčastěji při fotbale míč placírkou.
- 32 % respondentů uvedlo, že míč vede vnějším nártem a 12 % respondentů ho vede raději vnitřním nártem.
- Žádný z dotazovaných respondentů nezvolil jako možnost vedení míče podrážkou kopačky, popřípadě jiné vedení míče.
- Domnívám se, že vedení míče je závislé na pozici, ve které hráč nastupuje.

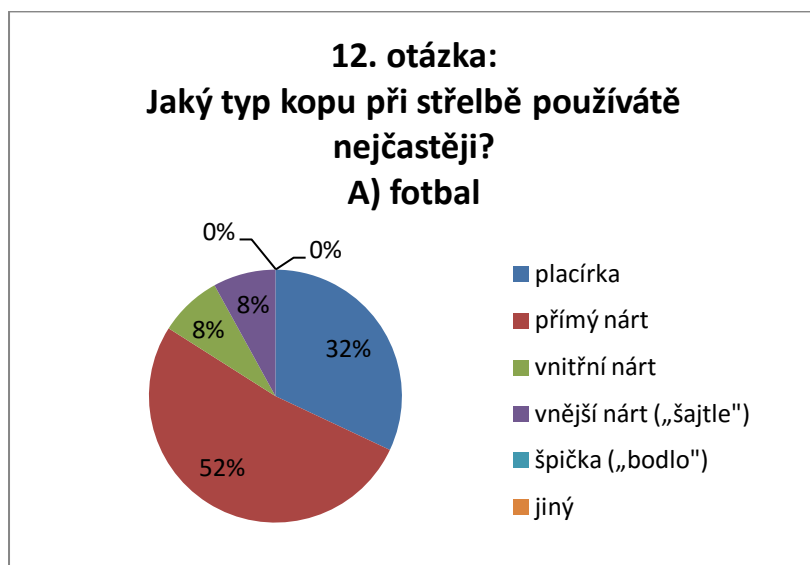
Graf 16 - Vedení míče (%)



Zdroj: vlastní šetření

- 48 % respondentů uvádí, že při vedení míče ve futsale upřednostňuje podrážku boty. 31 % respondentů preferuje při vedení míče placírku a 17 % dotazovaných má v oblíbenosti spíše vedení míče pomocí vnějšího nártu.
- 4 % dotazovaných uvedlo, že vnější nárt je nejčastější volbou při vedení míče.
- Nikdo z dotazovaných si nevybral možnost jiného vedení míče.

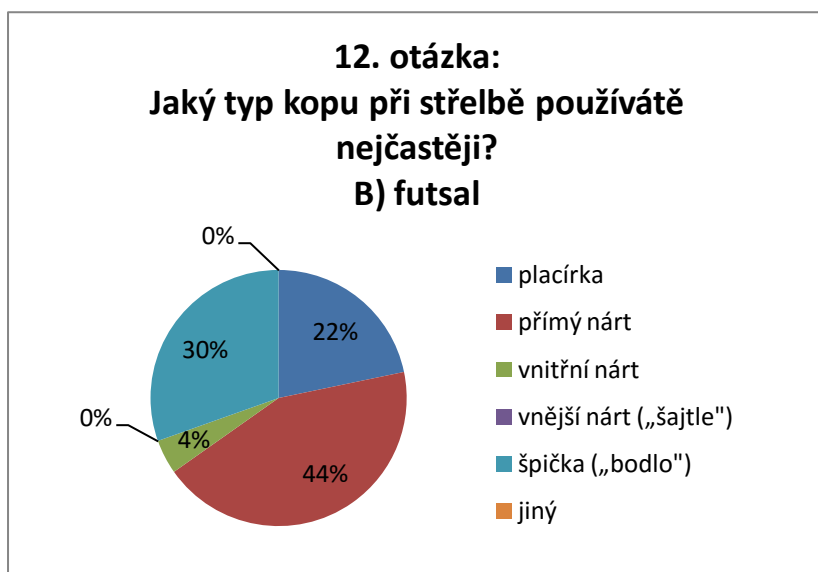
Graf 17 - Typ střelby (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Hodnoty grafu č. 17 udávají, že 52 % respondentů používá při střelbě nejčastěji přímý nárt.
- 32 % dotázaných uvedlo, že nejčastěji preferují při střelbě placírku.
- 8 % dotázaných uvedlo, že nejčastěji při střelbě volí vnější nárt, zbylých 8 % respondentů zvolilo jako možnost nejčastější střelby vnitřní nárt.
- Žádný z dotázaných respondentů nezvolil možnost střelby špičkou nebo možnost jinou.
- Myslím si, že to, jaký typ kopu hráč zvolí, ovlivňuje především jeho vzdálenost od branky a pozice v jaké se nachází.

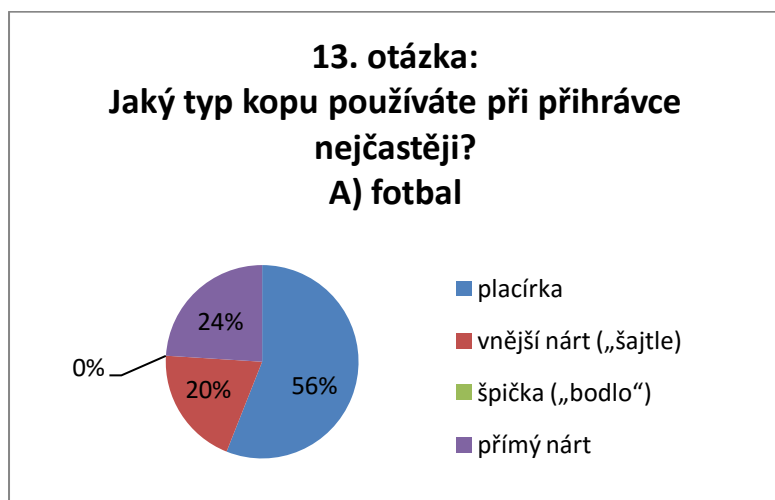
Graf 18 - Typ střelby (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. je patrné, že 44 % dotázaných respondentů nejčastěji používá při střelbě přímý nárt.
- 30 % respondentů uvedlo, že střelba špičkou je u nich nejčastější kop.
- 22 % dotazovaných upřednostňuje střelbu placírkou a 4 % respondentů nejčastěji používá při střelbě vnitřní nárt.
- Žádný z respondentů nezvolil jako možnost nejčastějšího typu kopu vnější nárt nebo jinou alternativu kopu.

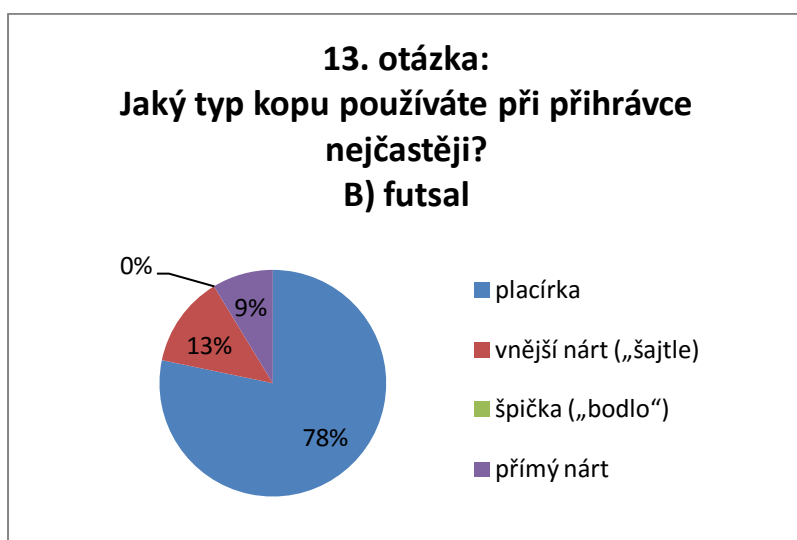
Graf 19 - Přihrávka (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 19 je patrné, že 56 % respondentů používá nejčastěji při přihrávce placírku. 24 % dotazovaných uvedlo, že upřednostňuje při přihrávce přímý nárt a 20 % dotázaných nejčastěji využívá přihrávky vnějším nártem.
- Žádný z respondentů nezvolil jako možnost přihrávky špičku neboli bodlo.
- Domnívám se, že při přihrávce je rozhodující postavení spoluhráče, kterému chceme přihrát. Pokud tedy stojí na druhé straně hřiště, je třeba volit větší razanci a tím i změnit typ kopu, který provedeme.

Graf 20 - Přihrávka (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 20 vyplývá, že 78 % respondentů volí nejčastěji při přihrávce hru placírkou. 13 % dotazovaných uvedlo, že nejčastěji používá při přihrávce vnější nárt a 9 % respondentů nejčastěji užívá přihrávky pomocí přímého nártu.
- Žádný z dotazovaných nezvolil jako možnost přihrávky špičku.
- Myslím si, že ve futsale hrají hráči na menším prostoru než fotbalisté, proto se uchylují nejčastěji k přihrávkám na krátkou vzdálenost pomocí placírky. Domnívám se, že ve futsale také nedochází tak často k přenášení těžiště hry, proto se při přihrávce tolik nevyužívá přímý nárt.

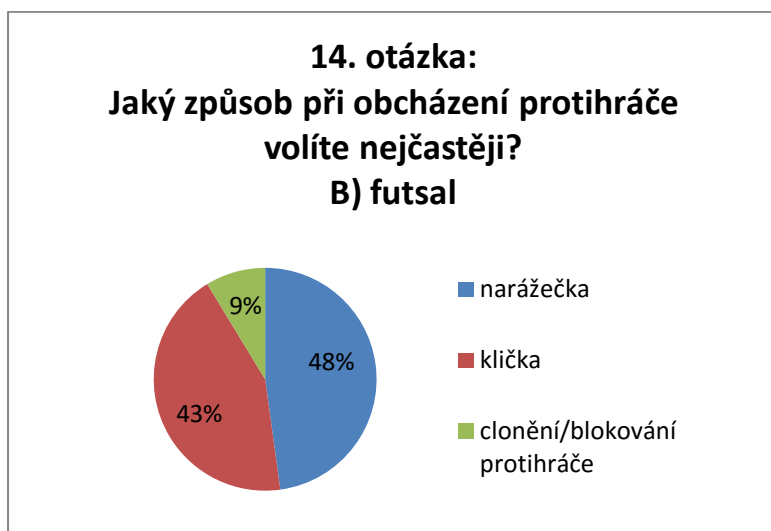
Graf 21 - Obcházení hráče (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 21 je patrné, že 64 % respondentů při obcházení protihráče volí nejčastěji možnost kličky a 36 % dotazovaných upřednostňuje obcházení pomocí narážeky.
- Domnívám se, že velkou roli při obcházení protihráče hraje post, na kterém hráč nastupuje. Myslím si, že defenzivní hráči se kličce spíše vyhnou a budou volit možnost narážeky, než aby podstoupili riziko protiútoky.

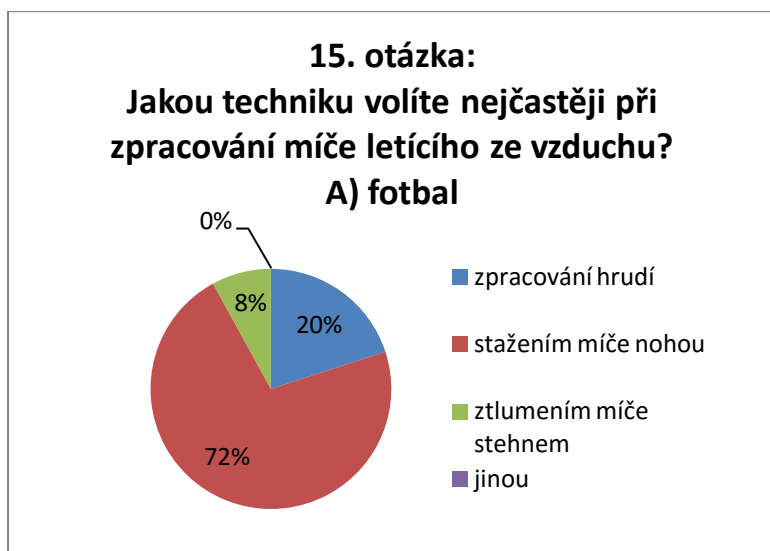
Graf 22 - Obcházení hráče (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Graf č. 22 ukazuje, že 48 % dotázaných respondentů volí nejčastěji při obcházení protihráče narážечku. 43 % respondentů upřednostňuje při obcházení protihráče kličku a 9 % dotazovaných volí při obcházení protihráče možnost clonění a zablokování protihráče.

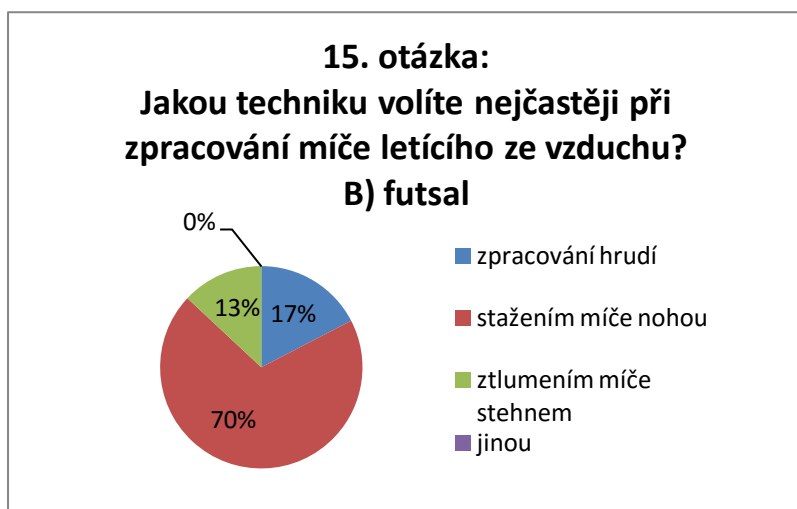
Graf 23 - Zpracování míče (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 23 je patrné, že 72 % respondentů nejčastěji zpracovává míč letící ze vzduchu stažením nohou. 20 % dotazovaných uvedlo, že míč zpracovává nejčastěji hrudí a 8 % respondentů zpracovává míč ztlumením pomocí stehna.
- Žádný z respondentů neuvedl jinou možnost zpracování míče.

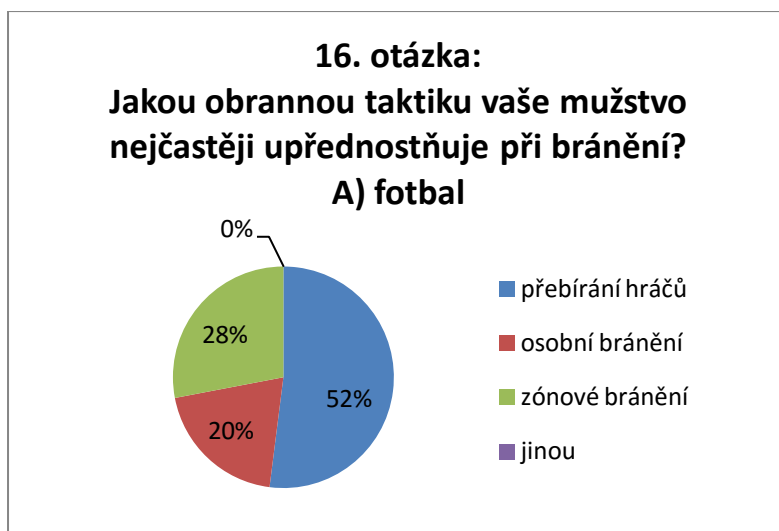
Graf 24 - Zpracování míče (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu vyplývá, že 70 % dotazovaných volí při zpracování míče letícího ze vzduchu jeho stažení pomocí nohy. 17 % respondentů uvádí, že míč letící ze vzduchu nejčastěji zpracovává pomocí hrudi.
- 13 % dotázaných upřednostňuje při zpracování míče jeho ztlumení pomocí stehna.
- Žádný z dotázaných neuvedl jinou možnost, kterou by užíval pro zpracování míče letícího ze vzduchu.
- Domnívám se, že technika, jakou hráč míč zpracuje, záleží na pozici, na které nastupuje a také na tom, v jaké výšce na něj míč letí.

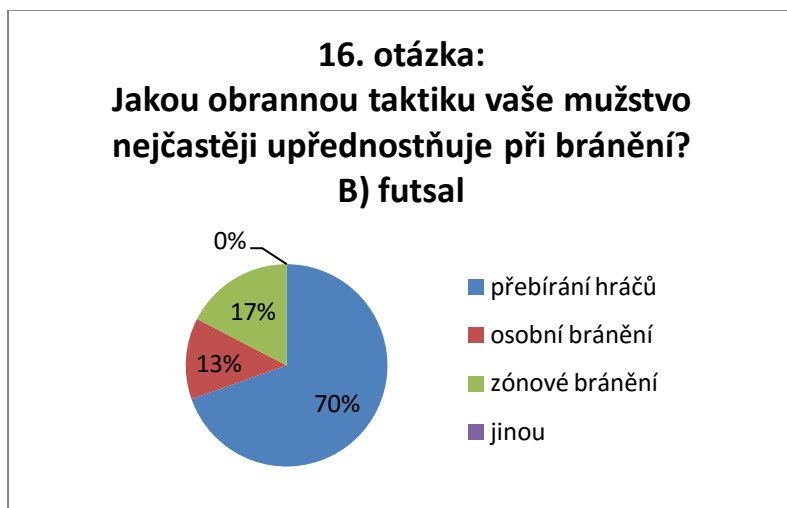
Graf 25 - Obranná taktika (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 25 lze zjistit, že 52 % dotazovaných ve svém mužstvu používá v obranné taktice přebírání hráčů. 28 % dotazovaných respondentů užívá ve svém týmu při obranné taktice zónové bránění a 20 % dotázaných používá osobní bránění.
- Žádný z respondentů neuvedl jinou obrannou taktiku, kterou by jejich mužstvo využívalo.

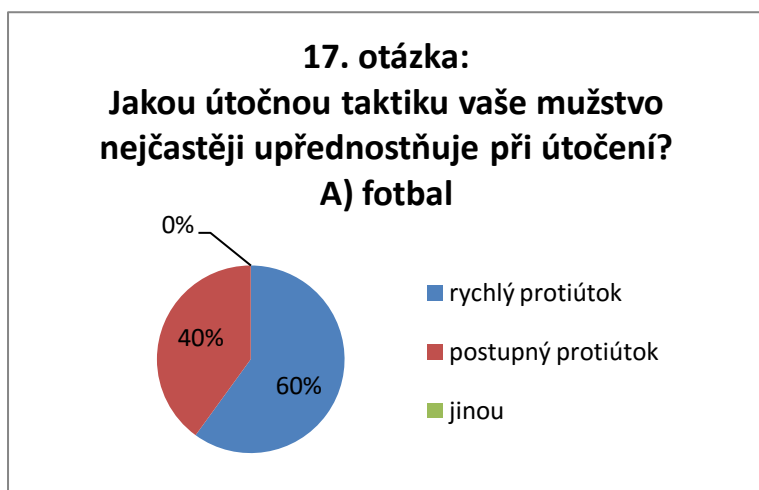
Graf 26 - Obranná taktika (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 26 je patrné, že 70 % respondentů ve svém mužstvu užívá při obranné taktice přebírání soupeřových hráčů. 17 % dotazovaných uvedlo, že jejich mužstvo používá při obranné taktice zónové bránění a 13 % respondentů užívá osobní bránění.
- Žádný z dotazovaných nezvolil jinou obrannou taktiku, kterou by jejich mužstvo využívalo.

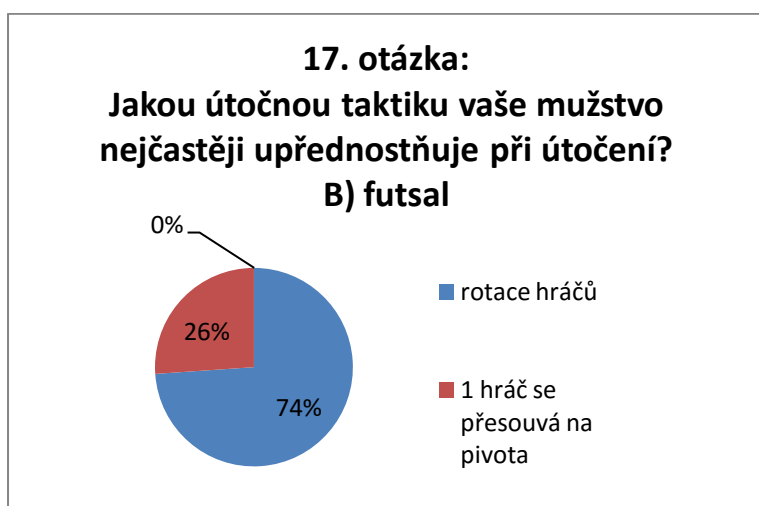
Graf 27 - Útočná taktika (%)



Zdroj: vlastní šetření

- 60 % respondentů uvedlo, že při útočné taktice jejich mužstvo nejčastěji využívá rychlého protiútok. 40 % dotázaných uvádí, že nejčastěji jejich mužstvo upřednostňuje postupný protiútok.
- Žádný z dotazovaných neuvedl jinou možnost, kterou by jejich mužstvo používalo pro útočnou taktiku.

Graf 28 - Útočná taktika (%)

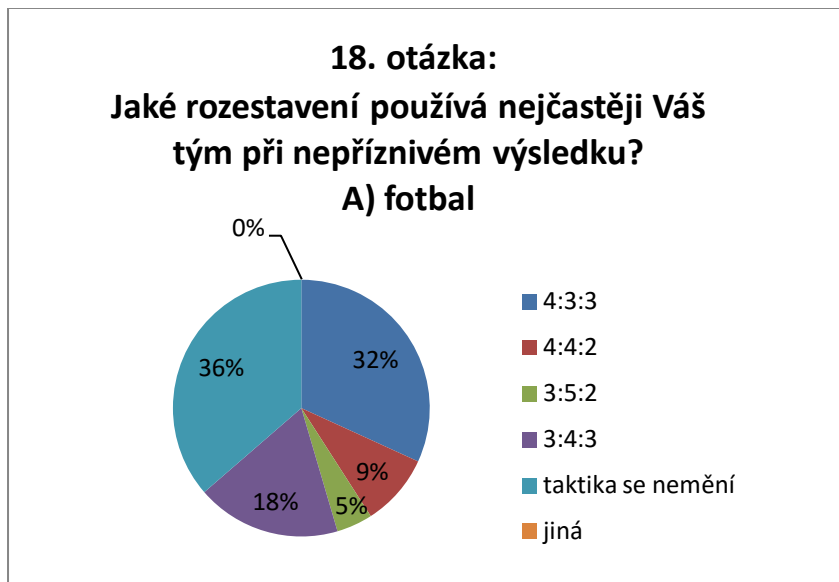


Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 28 je patrné, že 74 % respondentů uvedlo, že při útočné taktice jejich mužstvo upřednostňuje rotaci hráčů. 26 % dotazovaných používá ve svých mužstvech při útočné taktice přesunu jednoho hráče na pivota.

- Žádný z respondentů neuvedl jinou možnost pro útočnou taktiku jeho mužstva.

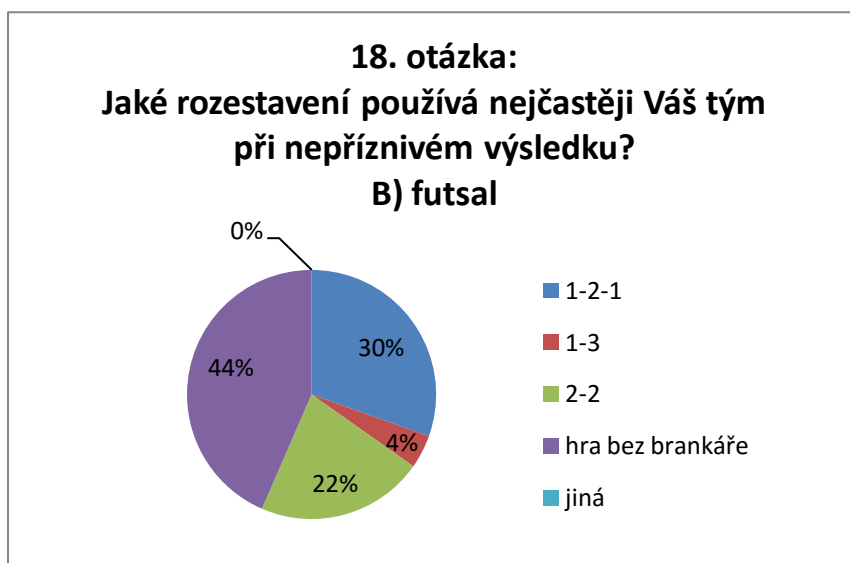
Graf 29 - Rozestavení při nepříznivém výsledku (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 29 je patrné, že u 36 % respondentů se při nepříznivém výsledku taktika jejich mužstva nemění. 32 % dotázaných uvedlo, že jejich mužstvo se uchyluje ke hře na 3 útočníky a 3 záložníky.
- 18 % dotazovaných uvedlo, že taktika jejich mužstva se změní na formaci 3:4:3.
- 9 % respondentů uvádí, že při nepříznivém výsledku změní jejich mužstvo formaci na 4:4:2.
- 5 % dotázaných respondentů uvedlo, že taktika jejich mužstva při nepříznivém výsledku se změní na formaci 3:5:2
- Žádný z uvedených respondentů neuvedl jinou možnost, kterou by jejich mužstvo používalo při útočné taktice.
- Domnívám se, že změna taktiky záleží především na schopnosti trenéra reagovat na situaci, která se odehrává na hřišti, a také na taktické vyspělosti hráčů. Myslím si, že mnoho trenérů nemá zkušenosti se změnou taktiky, a proto nechávají své mužstvo po celý zápas hrát ve stejném rozestavení.

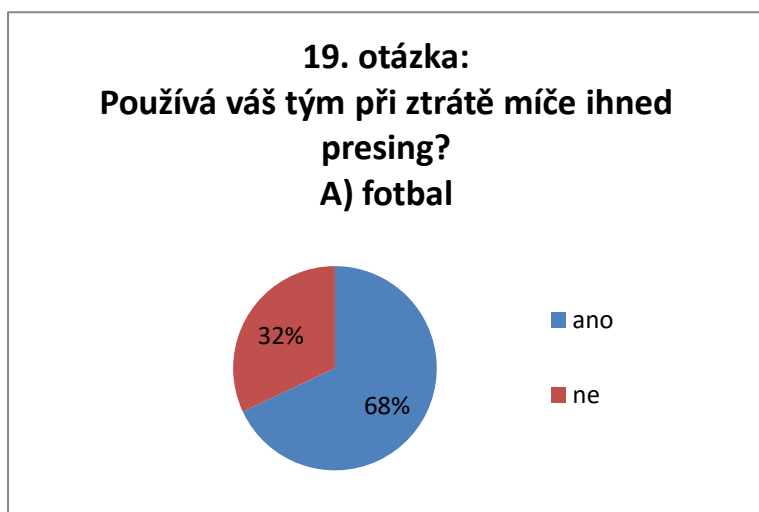
Graf 30 - Rozestavení při nepříznivém výsledku (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 30 lze vyčíst, že 44 % respondentů uvádí, že při nepříznivém výsledku jejich mužstvo přechází ke hře bez brankáře.
- 30 % dotázaných uvedlo, že jejich mužstvo se při nepříznivém výsledku uchyluje k formaci 1-2-1.
- 22 % dotazovaných uvedlo, že nejpoužívanější rozestavení při nepříznivém výsledku je formace 2-2.
- 4 % respondentů uvádí, že v případě nepříznivého výsledku mění své rozestavení na 1-3.
- Žádný z respondentů neuvedl jinou možnost, kterou by jejich mužstvo používalo při nepříznivém výsledku.

Graf 31 - Presing (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Hodnoty grafu č. 31 udávají, že 68 % respondentů ve svých mužstvech používá při ztrátě míče ihned presing. 32 % dotazovaných uvedlo, že jejich mužstvo presing ihned po ztrátě míče nepoužívá.

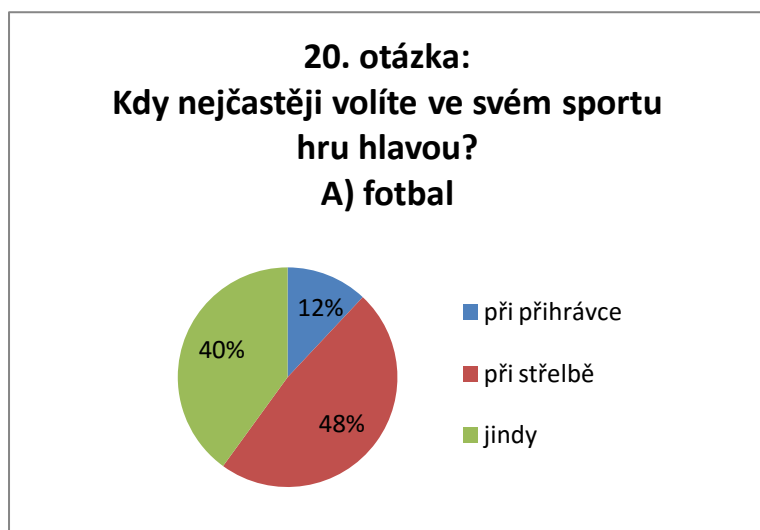
Graf 32 - Presing (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 32 vyplývá, že 57 % respondentů ve svých mužstvech praktikuje presing ihned při ztrátě míče. 43 % dotazovaných uvedlo, že presing ihned po ztrátě míče ve svých týmech nepoužívají.

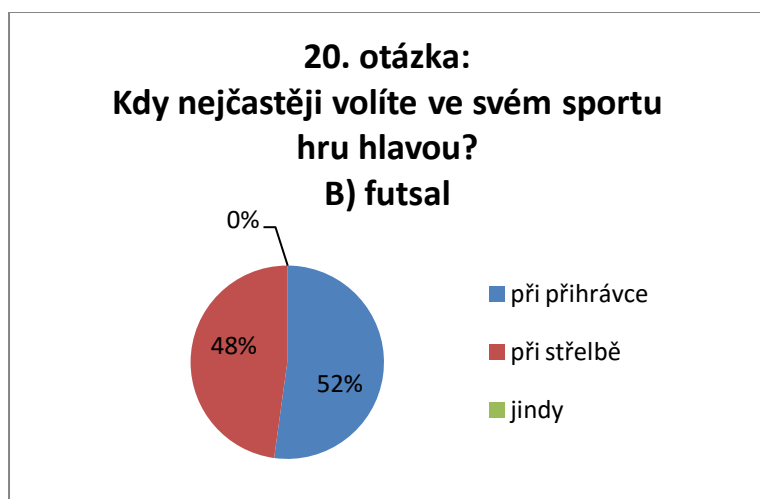
Graf 33 - Hra hlavou (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu č. 33 lze zjistit, že 48 % respondentů používá nejčastěji hru hlavou při střelbě.
- 40 % dotázaných uvedlo, že hru hlavou nejčastěji užívají při jiné příležitosti. Respondenti se shodli, že hru hlavou používají při hlavičkovém souboji pro odvrácení míče od branky nejčastěji.
- 12 % dotazovaných uvedlo, že hru hlavou nejčastěji užívají ve spojení s přihrávkou spoluhráči.

Graf 34 - Hra hlavou (%)



Zdroj: vlastní šetření

- Z grafu lze vyčíst, že 52 % respondentů uvedlo, že nejčastěji volí hru hlavou při přihrávce spoluhráči.
- 48 % dotázaných uvedlo, že hru hlavou nejčastěji používají pro střelbu na branku.
- Žádný z dotazovaných neuvedl možnost, že by hru hlavou využíval v jiném případě.
- Domnívám se, že ve futsale není hra hlavou tolik využívána, jelikož se míč po dlouhou dobu pohybuje převážně po zemi.

6.2 Individuální hloubkový rozhovor

1.) Jak často se věnujete fotbalu a futsalu? Jak často trénujete?

Futsal mám jako zpestření, беру ho převážně jako náhradu tréninku během zimní přestávky ve fotbale. Udržuji se tím i ve fyzické kondici. Myslím, že pro fotbalisty je dobré, když si mohou vyzkoušet jiný terén a odlišný míč. Zlepšuje se tím jak technika, tak práce s míčem.

2.) Vidíte mezi futsalem a fotbalem nějaké technické a taktické rozdíly?

Futsal mi přijde v porovnání s fotbalem mnohem rychlejší, člověk má najednou na všechno mnohem méně času, musí rychleji přemýšlet a přihrávat. Určitě i pro diváky se jedná o atraktivní sport, protože akce střídá akci a je k vidění mnoho technických fines a gólů. Navíc hráč je neustále ve hře s míčem a zlepšuje se v individuálních činnostech, jako jsou například práce s míčem nebo práce s prostorem, často se zde také hráči dostávají do zakončení, kdežto ve fotbale záleží na pozici, na jaké nastupujete. Častěji se s míčem potkají střední záložníci, kteří většinou zakládají útočné akce svých týmů, oproti tomu obránci se s míčem potkají o poznání méně.

3.) Využíváte při futsale jiné vedení míče než při fotbalové hře?

Vedení míče je v obou sportech celkem odlišné. Je to dáno jak velikostí míče, tak také hrací plochou, která je zcela jiná. Ve fotbale není moc využívána hra podrážkou, zatímco ve futsale je tomuto vedení míče věnován velký prostor při tréninkových jednotkách. Ve fotbale je ale nejvíce využívána při vedení míče placírka nebo nárt. Odvíjí se to od toho, zda chceme s míčem postupovat rychleji nebo volit rozvážnější postup a také to, jak moc chceme mít míč pod kontrolou.

4.) Jaký typ kopu při střelbě ve fotbale a ve futsale používáte nejčastěji? Je to ovlivněno například vzdáleností od branky?

Při střelbě ve futsalu máte na zakončení méně času, proto je třeba reagovat rychle na danou situaci nebo šanci, která se naskytne. Myslím, že jedno z nejlepších zakončení je střela bodlem, které je rychlé a pro brankáře velmi nepředvídatelné. Pokud míč člověk dobře trefí, je z toho velmi pravděpodobně gól nebo gólová příležitost. Ve fotbale má člověk přeci jen o trošku více času na střelbu, proto si může častěji zakončit podle toho, čemu dává přednost. Odvíjí se to hodně od toho, v jaké vzdálenosti od branky se nachází. Pokud je blízko, je dobré volit placírku a brankáře obstřelit, pokud je zase dále od branky,

je ideální střílet nártem s větší razancí. Ne vždy to ale platí a rozhodují individuální situace.

5.) Jaký typ kopu při přihrávce ve fotbale a ve futsale volíte nejčastěji? Rozhodujete se podle toho, kde se váš spoluhráč nachází a podle toho také volíte typ a razanci přihrávky?

Při futsale používám spíše přihrávky placírkou, jelikož jsou přesnější. Pokud je ovšem spoluhráč na pivotovi a brání ho osobně protihráč, volím přihrávku podkopnutím neboli lobem. Ve fotbale se používá často také přihrávka placírkou, ale mnohem více než ve futsale se objevuje přihrávka nártem. Je to dáno především velikostí hrací plochy. Lehce se tak přenesou těžiště hry na druhou stranu hřiště, nebo pokud chceme přihrát spoluhráči, který je od nás vzdálen, nemusíme volit přihrávku placírkou, ale přímým nártem.

6.) Jaký způsob při obcházení protihráče ve fotbale a ve futsale volíte nejčastěji?

Způsob obcházení ve fotbale a ve futsale je podobný, využívá se buď individuální klička nebo narážecí. Ve futsale je obcházení protihráče častější, protože se hraje na malém prostoru a hra se neustále přelívá z jedné strany na druhou.

7.) Jakou obrannou a jakou útočnou taktiku ve fotbale a ve futsale vaše mužstvo nejčastěji upřednostňuje při bránění?

Bránění ve fotbale používáme zónové. Domnívám se, že je lepší, když každý hráč je za svůj prostor zodpovědný a musí si ho také ubránit. Ve futsale preferuji bránění kombinované, tím myslím jak zónové, tak osobní. Je to dané tím, že ve futsale dochází k nejrozličnějším prolínáním hráčů, jejich rotacím a přeběhům. Někdy je ovšem dobré zvolit přebírání hráčů pro zkvalitnění obranné práce. Záleží na domluvě a komunikaci mezi hráči.

8.) Volí Váš tým odlišné herní rozestavení při nepříznivém výsledku? Pokud ano, jaké?

Změnou herního rozestavení často ve fotbale reagujeme na vývoj utkání. Když se nedaří, prohráváme, a přesto cítíme, že je šance na zvrátí výsledku, často volí trenér změnu rozestavení. Nejčastěji se jedná o změnu ze 4:4:2 na 4:3:3. Pokud chceme docílit ještě většího tlaku na soupeřovu branku a zvrátit výsledek na svou stranu, volíme i ofenzivnější taktiky jako je například 3:4:3. Tím se ale stává naše obrana prostupnější, a je proto třeba neztrácet lacině míče. Při snaze o vyrovnání se také můžeme uchýlit k jednodušší hře. Tím

myslím například to, že hráči nebudou tak často v kontaktu s míčem, ale upřednostní se zjednodušený nákop míče na útočníky. Využívána je také hra po stranách než středem hřiště. Ve futsale používáme nejčastěji hru bez brankáře, kdy jsou 3 hráči rozmístěni v jakémisi "deštníku" a zbylí dva hráči čekají u brankových tyček na svou příležitost.

9.) Využívá Váš tým při ztrátě míče presing?

Presing je součástí jak ve fotbale, tak ve futsalu. Důležité je odhadnout, zda je soupeř technicky vyspělý a v práci s míčem silný. Pokud se rozhodneme soupeře presovat, je třeba, aby se do presingu zapojil celý tým. Když tomu tak nebude, soupeř může najít mezeru v našem napadání a využít jí k brankové příležitosti. Pokud ale tým funguje v kompaktním bloku, komunikuje a na hřišti se posouvá podle těžiště, může být presing velice účinný. Když se presing povede dobře zrealizovat, může dojít okamžitě k ohrožení branky soupeře.

10.) V jakém případě využíváte nejčastěji hry hlavou?

Hra hlavou je ve větším měřítku využívána ve fotbale. Je to závislé na pozici hráče, ve které nastupuje, popřípadě na situaci, ve které se momentálně nachází. Já jako střední záložník hru hlavou používám nejvíce, když brankář soupeře odkopává míč od branky a já jdu se soupeřem do hlavičkového souboje. Vzhledem k mojí menší výšce nechodím do vápna, když se kopou rohové kopy, i přesto se naši útočníci s hlavičkami nejvíce setkají právě při těchto standardních situacích. Naši obránci využívají hry hlavou při osobních soubojích v našem vápně. Ve futsale je samozřejmě hra hlavou využívána daleko méně, jelikož míč se pohybuje po palubovce převážně po zemi. Můžeme se s ní setkat, ale ne v takovém měřítku jako ve fotbale. Nejvíce je viditelná, pokud chce brankář překvapit soupeře a hodí dlouhý míč na útočníka, který hlavou míč prodlouží. Nejedná se ovšem o rozhodující prvek při snaze o vítězství.

7 Diskuze

Hypotéza 1: Předpokládám, že postupný protiútok je dominujícím herním systémem (více než 50%) v útočné fázi hry ve fotbale a rotace hráčů je dominujícím herním systémem (více než 50%) v útočné fázi hry ve futsale.

Tato hypotéza se mi na základě zkoumaných dat potvrdila jen zčásti. Většinová část dotazovaných uvedla, že jejich fotbalový tým volí při útočné taktice rychlý protiútok. Domnívám se, že z velké části záleží, v jaké fázi zápasu se tým nachází, zda drží vedení nebo naopak prohrává. Dle mého názoru je rychlý protiútok využíván spíše v nižších soutěžích, kdy se týmy snaží vstřelit branku co nejrychleji a hra se přelévá z jedné strany na druhou. Často hráči nemyslí na to, že by bylo rozumnější hru nejdříve uklidnit a začít útočit ve větším počtu hráčů. Myslím si, že právě tímto disponují hráči, kteří nastupují ve vyšších soutěžích. Je třeba proto do hry vnést klid a ne se ihned za každou cenu snažit proniknout k brance soupeře. Rotace hráčů je naopak nejvyužívanější útočnou taktikou ve futsale. Hráči si střídáním místa na hřišti otevírají prostory pro lepší útok.

Hypotéza 2: Předpokládám, že ve fotbale je nejčastěji užívanou technikou při střelbě střela přímým nártem (více než 50%) a ve futsale je nejčastěji užívanou technikou střelby bodlo (více než 50%). Předpokládám, že při přihrávce je v obou sportech nejvíce využíván kop placírkou (více než 50%).

Tato hypotéza se mi na základě vyzkoumaných dat potvrdila jen zčásti. Největší počet dotazovaných uvádělo jako nejčastější typ střelby kop přímým nártem a to jak ve futsale, tak ve fotbale. Domnívám se, že výběr techniky kopu při střelbě je z velké části ovlivněn postavením hráče a pozicí, na které jedinec nastupuje. Přímý nárt je využíván v obou sportech pro tvrdou a nekompromisní střelu. Střelba placírkou obsadila ve fotbalovém dotazníku druhé místo, v tom futsalovém ji svou oblíbeností předběhla střela bodlem, která patří mezi typické futsalové znaky. Často se používá, když hráč nemá dostatek času na zakončení a je tísněn protihráčem. Většina z uvedených respondentů uvedla, že při přihrávce v obou sportech využívají kop placírkou. Domnívám se, že tento kop patří mezi nejpresnější, protože se provádí velkou plochou chodidla. Myslím si, že ve futsale patří mezi nejvyužívanější kopy proto, že se zde hraje na malém prostoru a není třeba při přihrávce používat kopy na dlouhé vzdálenosti.

Hypotéza 3: Při vedení míče ve fotbale je nejčastěji využívána placírka (více než 40%) a ve futsale podrážka boty (více než 40%).

Tato hypotéza byla jednoznačně potvrzena. Důkazem může být fakt, že většina z dotázaných respondentů uvedla, že hlavní rozdíl ve vedení míče spatřuje v odskoku míče, jeho velikosti a také odlišnosti povrchu. Zatímco při fotbale se míč pohybuje po nerovném povrchu, ve futsale je palubovka dokonale rovná a míč nemá takový odskok jako míč fotbalový. Je proto upřednostňováno vedení pomocí podrážky nohy. Ve fotbale naopak platí, že pokud chceme mít míč pod kontrolou, je ideální vést míč placírkou. Pokud bychom chtěli vést fotbalový míč podrážkou kopačky, je to mnohem náročnější vzhledem ke špuntům a kolíkům, kterými disponuje.

Hypotéza 4: Předpokládám, že přebírání hráčů je v obou sportech nejčastěji užívaná obranná taktika (více než 50%).

Tato hypotéza se mi jednoznačně potvrdila. V obou sportech respondenti ve více než polovině případů odpověděli, že přebírání hráčů je v jejich klubech nejčastěji užívaná obranná taktika. Domnívám se, že tato taktika je považována za jednu z nejčastěji užívaných při útočných nájezdech soupeře. Myslím si, že přebírání hráčů je mnohem efektivnější, než s protihráčem utíkat pryč a otevírat tak volné prostory pro případnou kombinaci, které vzniknou právě osobní obranou. Na druhou stranu je třeba říct, že tato taktika je velmi náročná na organizaci a komunikaci mezi hráči. Ve futsale je tato taktika využívána především u většiny týmů první a druhé ligy. V nižších soutěžích je stále preferován způsob osobní či zónové obrany.

Hypotéza 5: Pro obcházení soupeře je v obou sportech nejčastěji volen způsob kličky (více než 50%).

Tato hypotéza byla potvrzena jen z jedné poloviny. Ve fotbale byl způsob obcházení pomocí kličky zvolen respondenty jako nejčastější. Myslím si, že je to dané převážně velikostí hřiště a také počtem hráčů na hřišti. Hráč na pozici útočníka si během zápasu dovolí častěji kličku, jelikož je kousek od soupeřovy branky a případná ztráta míče nemusí nutně znamenat protiútok nebo brankovou příležitost pro jeho tým. Oproti tomu respondenti, kteří uvedli, že provozují futsal, zvolili jako nejčastější možnost pro obcházení hráče narážčku. Tento způsob může být hojně využíván i ve fotbale, avšak ve futsale je mnohdy velice důležitý. Pokud dojde k úspěšnému provedení narážčky, je více než pravděpodobné, že bude následovat branková příležitost. Futsalová plocha je totiž v porovnání s tou fotbalovou menší a každý větší či menší náskok před soupeřem hrozí nebezpečím. Očekával jsem však, že respondenti uvedou ve větším měřítku při přecházení

přes soupeře clonění a blokování, které můžeme vidět například při rohových nebo standardních situacích.

Hypotéza 6: Předpokládám, že v obou sportech je presing využíván ihned po ztrátě míče (více než 50%).

Tato hypotéza se mi jednoznačně potvrdila. Respondenti v obou sportech uvedli, že presing jejich mužstvo nejčastěji volí ihned při ztrátě míče. Myslím si, že v současné době je velkým trendem mít co největší dobu míč ve svém držení. Z toho také vyplývá, že se mužstva snaží po jeho ztrátě ihned presovat a získat ho zpět.

Hypotéza 7: Předpokládám, že pokud se při nepříznivém výsledku mění ve futsale taktika, nejčastěji se jedná o hru bez brankáře (více než 40%), a také předpokládám, že ve fotbale se nejčastěji bude při nepříznivém výsledku měnit rozestavení na 4:3:3 (více než 40%).

Tato hypotéza se mi potvrdila jen zčásti. Respondenti uvedli, že hra bez brankáře je v jejich mužstvech častým impulsem k tomu, aby došlo ke změně výsledku. Domnívám se, že hra bez brankáře může být velmi efektivní, pokud má mužstvo natrénované určité herní činnosti. Ve futsalovém světě je ovšem hra bez brankáře využívána například i při nerozhodném výsledku. Technicky vyspělé týmy často k tomuto kroku sáhnou proto, aby si odpočinuly, držely míč na svých nohách a soupeře naopak co nejvíce unavily. Myslím si, že jedinou nevýhodou při této formaci může být to, že při špatné přihrávce, vypíchnutí míče nebo ztrátě míče, může dojít k brance přes celé hřiště. Respondenti, kteří se věnují fotbalu, uvedli, že v nejčastějším případě se jejich taktika nemění a důvěřuje se stávající formaci. Domnívám se, že na změnu taktiky reagují častěji trenéři ve vyšších soutěžích, kteří mají větší taktické zkušenosti. Pokud ovšem ke změně taktiky dojde, uvedli respondenti, že jejich mužstvo mění rozestavení na hru se třemi záložníky a se třemi útočníky.

Hypotéza 8: Předpokládám, že ve fotbale bude hra hlavou nejčastěji využívána při střelbě (více než 45%), a také předpokládám, že ve futsale bude hra hlavou nejčastěji užívána při přihrávce (více než 45%).

Tato hypotéza se mi jednoznačně potvrdila. Respondenti, kteří hrají fotbal, uvedli, že nejčastěji hru hlavou využívají při střelbě. Myslím si, že to, v jakém případě hru hlavou využívají, se odvíjí od toho, v jaké pozici hráči nastupují. Pokud tedy hráč nastupuje například v pozici útočníka, využívá nejčastěji hru hlavou při střelbě. Pokud nastupuje v obraně, je pravděpodobné, že hru hlavou bude využívat pro odvrácení míče od branky.

Respondenti, kteří se věnují futsalu, uvedli, že nejčastěji využívají hru hlavou při přihrávce. Domnívám se, že hra hlavou není ve futsale tolik populární jako ve fotbale. Myslím si, že míč se pohybuje častěji po zemi než ve vzduchu, hráči se proto tolik s hrou hlavou nesetkají. Pokud ovšem dojde ke hře hlavou, jedná se nejčastěji o přihrávku.

8 Závěry

Cílem bakalářské práce bylo zmapovat technické a taktické rozdíly ve fotbale a ve futsale. Především jsem chtěl poskytnout souhrnný přehled o technické a taktické vyspělosti hráčů, zda mají dostatečné znalosti, týkající se této otázky. Dále jsem zjišťoval, jak hráči řeší ve svých mužstvech otázku útočné taktiky, zda mužstva volí odlišnou taktiku při nepříznivém výsledku, jaké rozdíly jsou viděny při vedení míče u futsalisty a jaké u fotbalisty, jak jsou řešeny obranné úkony ve futsale a ve fotbale. V poslední řadě jsem se zabýval otázkou presingu, konkrétně zda ho mužstva využívají ihned při ztrátě míče nebo zda preferují jiný postup.

- Jsou v obou sportech rozdíly v herních systémech?

V českých futsalových a fotbalových soutěžích jsou nejvíce využívány dvě taktiky. Oba sporty disponují odlišnými taktikami z důvodu rozdílného počtu hráčů na hřišti, z důvodu velikosti hrací plochy a například z důvodu velikosti míče. Respondenti, kteří se věnují fotbalu, odpověděli, že nejčastěji užívanou útočnou taktikou je rychlý protiútok následován protiútokem postupným. Ve futsale téměř tři čtvrtiny respondentů uvedlo, že nejvíce užívanou útočnou taktikou je rotace hráčů. Druhou možností byl u dotazovaných zvolen jako způsob útočné taktiky přechod jednoho hráče na pivota. Hlavním znakem tohoto systému je, aby pivot byl silový hráč, který si dokáže udržet míč před bránícím protihráčem.

- Jaké způsoby herních činností se používají ve fotbale a ve futsale?

Již na první pohled je patrné, že vedení míče ve fotbale a ve futsale je odlišné. Hlavním důvodem je povrch, na kterém se oba sporty hrají. Fotbalisté nejvíce preferují vedení míče pomocí placírkou, kdy míč kontrolují velkou plochou nohy. Oproti tomu futsalisté využívají při vedení míče podrážku boty, kdy je míč neustále pod kontrolou. V obou sportech je také oblíbená technika vedení míče pomocí vnějšího nártu. Většina respondentů shodně uvedla, že při přihrávce nejčastěji volí kop placírkou. Při střelbě respondenti uvedli, že nejčastěji v obou sportech preferují střelu přímým nártem.

- Jak jsou řešeny obranné úkony ve fotbale a ve futsale?

Mezi nejoblíbenější a nejvyužívanější obranné taktiky patří jak ve fotbale, tak ve futsale přebírání hráčů. Je to velmi efektivní z důvodu, že se neotvírají volné prostory

pro soupeře a mužstvo si hlídá svůj prostor. Dalším využívaným a oblíbeným obranným úkonem je zónové bránění. V poslední řadě je používáno osobní bránění.

- Objevují se rozdíly v útočné fázi při obcházení hráčů ve fotbale a ve futsale?

Obcházení hráčů je v obou sportech velice důležité. Nejčastěji se využívá kličky nebo narážečky. Ve futsale, který je hrán na menší ploše než fotbal, je žádoucí, aby si hráči vytvořili volné prostory, je proto častěji využívána narážečka. Ve fotbale, kde je naopak plocha hřiště větší si hráči pomáhají při obcházení hráče častěji kličkou.

- Využívají týmy presingu ihned při ztrátě míče?

Presing je v obou sportech ve velké míře vykonáván ihned po ztrátě míče. V současné době je kladen důraz převážně na co největší držení míče a velké množství přihrávek. Proto je třeba míč soupeři co nejrychleji odebrat, aby se s ním mohlo kombinovat.

- Dochází v obou sportech při nepříznivém výsledku ke změnám taktiky?

Změna taktiky se odvíjí převážně od taktické vyspělosti trenéra až po schopnost mužstva přizpůsobit se danému rozestavení. Většina fotbalových týmů hrajících nižší soutěže se ke změně taktiky neuchyluje a zůstává u té, ve které nastoupilo. Pokud se však trenér rozhodne taktiku změnit, volí nejčastěji rozestavení se třemi útočníky. Dochází tedy k posílení útoku a tím zároveň k oslabení záložní nebo obranné řady. Ve futsale je nejvíce využívaná hra bez brankáře. Tato varianta je velice efektivní, pokud má mužstvo nacvičené kombinace.

- Jsou některé činnosti realizovány hrou hlavou?

V obou sportech je možnost využívat hry hlavou. Ve fotbale je však tato možnost pravděpodobnější, jelikož dochází často k dlouhým nákopům a je třeba míč odhlavičkovat. Největší počet respondentů uvedlo, že hru hlavou ve fotbale využívají při střelbě. Ve futsale se s hrou hlavou tak často nesetkávají. Nejvíce respondentů uvedlo, že hru hlavou používají při přihrávce. Futsalový míč není tolik uzpůsoben k hlavičkování oproti míči fotbalovému z důvodu jeho menší velikosti a menšího odskoku.

Domnívám se, že v mé bakalářské práci byly naplněny veškeré dané cíle a tato práce by mohla posloužit trenérům a učitelům TV, kteří se chtějí těmto sportům věnovat. Myslím, že sporty jako futsal i fotbal, se budou neustále vyvíjet, a proto je třeba sledovat nové směry a

inovace, aby docházelo ke zlepšení technických a taktických schopností. Bez těchto předpokladů nelze dosáhnout té nejvyšší úrovně a nejlepších výsledků.

9 Seznam použitých zdrojů

Monotematické zdroje

1. BUZEK, M., a kol. *Trenér fotbalu "A" UEFA licence*. 1. vyd. Praha: Olympia, 2007. 324 s. ISBN 978-80-7376-032-8.
2. ČMFS. *Pravidla fotbalu platná od 1. 7. 2011*. Praha: Olympia, 2007. 147 s. ISBN: 978-80-7376-311-4.
3. ČMFS, KF. *Pravidla futsalu FIFA platná od 1. 10. 2007*. Praha: ČMFS
4. DOVALIL, J. *Malá encyklopedie sportovního tréninku*. 1. vyd. Praha: Olympia, 1982. 239 s.
5. DOVALIL, J., a kol. *Výkon a trénink ve sportu*. 3. vyd. Praha: Olympia, 2009. 336 s. ISBN 978-80-7376-130-1.
6. HORNBY, H. *Fotbal*, Praha: Fortuna print 2001. 64 s. ISBN: 80-86144-86-0.
7. HUDEČ, P. *Kondiční příprava hráče futsalu*, Komise futsalu ČMFS, 2002. 61 s.
8. KOLLATH, E. *Fotbal technika a taktika*. Praha: Grada, 2006. 140 s. ISBN: 80-247-1336-5.
9. KRESTA, J., a kol. *Futsal*, Praha: Grada, 2009. 112 s. ISBN:978-80-247-2534-5.
10. NAVARA, M., BUZEK, M., ONDŘEJ, O. *Kopaná (teorie a didaktika)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1986. 181 s.
11. PSOTTA, R., a kol. *Fotbal kondiční trénink*. Praha: Grada, 2006. 220 s. ISBN: 80-247-0821-3.
12. STRÍŽ, M., *Technicko-taktické zkušenosti*, Komise futsalu ČMFS, 2002. 69 s.
13. VOTÍK, J. *Fotbal trénink budoucích hvězd*. Praha: Grada, 2003. 140 s. ISBN: 80-247-0463-3.

Internetové zdroje

14. CONCEPTDRAW [online] [cit 13. 1. 2016], dostupné na: <http://www.conceptdraw.com/How-To-Guide/soccer-football-formation>

15. FUTSALSIDE [online] [cit 16. 1. 2016], dostupné na:
<http://www.futsal-side.com/futsal-formations/>
16. FUTSALSIDE [online] [cit 16. 1. 2016], dostupné na:
<http://www.futsal-side.com/futsal-formations/2/>
17. FUTSALSIDE [online] [cit 17. 1. 2016], dostupné na:
<http://www.futsal-side.com/futsal-attacking-plays/>
18. FUTSALSIDE [online] [cit 17. 1. 2016], dostupné na:
<http://www.futsal-side.com/futsal-attacking-plays/2/>
19. MOACIRBARBOSA.WORDPRESS [online] [cit 15. 1. 2016], dostupné na:
<http://www.moacirbarbosa.wordpress.com/2014/09/12/dallungheria-al-brasile-il-4-2-4-9/>

11 Přílohy

Příloha č. 1 - dotazník

Technicko-taktické rozdíly ve futsale a ve fotbale

Vážení respondenti,

jmenuji se Tomáš Banovič a jsem studentem Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy, kde studuji obor tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělávání a výchova ke zdraví se zaměřením na vzdělávání. Ve své bakalářské práci se věnuji otázce technicko-taktických rozdílů ve futsale a ve fotbale.

Rád bych Vás tímto poprosil, zda byste mi pomohli s vyplněním dotazníku, který bude sloužit pouze k účelům vypracování mé bakalářské práce.

Dotazník je anonymní a skládá se z 20 otázek. Křížkem označte Vámi vybranou odpověď.

Děkuji za Váš čas a Vaši spolupráci.

1. Jaké je Vaše pohlaví?

☐ žena

☐ muž

2. Do jaké věkové kategorie patříte?

☐ méně než 18 let

☐ 18 - 24 let

☐ 25 - 30 let

☐ více než 30 let

3. Jaký z daných sportů hrajete?

☐ fotbal

☐ futsal

☐ oba výše zmíněné

4. Pokud jste v předešlé otázce odpověděli "oba výše zmíněné", napište prosím, zda Vás více baví fotbal či futsal.

.....

5. V čem spatřujete daný sport atraktivním? (Můžete zvolit více odpovědí.)

A) fotbal

- ☐ více hracích pozic
- ☐ větší popularita sportu
- ☐ více hráčů na hřišti
- ☐ venkovní hra
- ☐ jiný důvod (napište, prosím, jaký)

.....

B) futsal

- ☐ malý prostor
- ☐ rychlejší hra
- ☐ kratší herní doba
- ☐ hra v hale
- ☐ jiný důvod (napište, prosím, jaký)

.....

6. V jaké soutěži nastupujete? Napište prosím. (např. 1. liga, divize, nenastupuji v žádné soutěži apod.)

A) fotbal

.....

B) futsal

.....

7. Jak často se danému sportu věnujete?

A) fotbal

- ☐ 1-2x týdně
- ☐ 3x týdně
- ☐ jinak často (uvedte, prosím, jak)

.....

B) futsal

- ☐ 1-2x týdně
- ☐ 3x týdně
- ☐ jinak často (uvedte, prosím, jak)

.....

8. Napište prosím, kolik let se danému sportu věnujete.

A) fotbal

B) futsal

.....

.....

9. Spatřujete rozdíl při vedení míče ve futsale a ve fotbale?

☐ ano

☐ ne

10. Pokud jste v předešlé otázce odpověděli "ano" uveďte, prosím, konkrétně jaký rozdíl spatřujete.

.....
.....

11. Jaké vedení míče používáte **nejčastěji**? (můžete uvést více odpovědí)

A)fotbal

B) futsal

☐ placírkou

☐ placírkou

☐ vnějším nártem

☐ vnějším nártem

☐ vnitřním nártem

☐ vnitřním nártem

☐ podrážkou kopačky

☐ podrážkou boty

☐ jiné (uveďte, prosím, jaké)

☐ jiné (uveďte, prosím, jaké)

.....

.....

12. Jaký typ kopu při střelbě používáte **nejčastěji**? (můžete uvést více odpovědí)

A) fotbal

- ☐ placírka
- ☐ přímý nárt
- ☐ vnitřní nárt
- ☐ vnější nárt („šajtle“)
- ☐ špička („bodlo“)
- ☐ jiný (napište, prosím, jaký)

.....

B) futsal

- ☐ placírka
- ☐ přímý nárt
- ☐ vnitřní nárt
- ☐ vnější nárt („šajtle“)
- ☐ špička („bodlo“)
- ☐ jiný (napište, prosím, jaký)

.....

13. Jaký typ kopu používáte při přihrávce **nejčastěji**? (můžete uvést více odpovědí)

A) fotbal

- ☐ placírka
- ☐ vnitřní nárt („šajtle“)
- ☐ špička („bodlo“)
- ☐ hlavou

B) futsal

- ☐ placírka
- ☐ vnější nárt („šajtle“)
- ☐ špička („bodlo“)
- ☐ hlavou

14. Jaký způsob při obcházení protihráče volíte **nejčastěji**?

A) fotbal

- ☐ narážečka
- ☐ klička

B) futsal

- ☐ narážečka
- ☐ klička
- ☐ clonění / blokování protihráče

15. Jakou techniku volíte **nejčastěji** při zpracování míče letícího ze vzduchu? (můžete uvést více odpovědí)

A) fotbal

- ☐ zpracování hrudí
- ☐ stažením míče nohou
- ☐ ztlumením míče stehnem
- ☐ jinou (napište, prosím, jakou)

.....

B) futsal

- ☐ zpracováním hrudí
- ☐ stažením míče nohou
- ☐ ztlumení míče stehnem
- ☐ jinou (napište, prosím, jakou)

.....

16. Jakou obrannou taktiku vaše mužstvo **nejčastěji** upřednostňuje při bránění?

A) fotbal

- ☐ přebírání hráčů
- ☐ osobní bránění
- ☐ zónové bránění
- ☐ jinou (napište, prosím, jakou)

.....

B) futsal

- ☐ přebírání hráčů
- ☐ osobní bránění
- ☐ zónové bránění
- ☐ jinou (napište, prosím, jakou)

.....

17. Jakou útočnou taktiku vaše mužstvo **nejčastěji** upřednostňuje při útočení?

A) fotbal

- ☐ rychlý protiútok
- ☐ postupný protiútok
- ☐ jinou (napište, prosím, jakou)

.....

B) futsal

- ☐ rotace hráčů
- ☐ 1 hráč se přesouvá na pivota
- ☐ jinou (napište, prosím, jakou)

.....

18. Jaké rozestavení používá **nejčastěji** Váš tým při nepříznivém výsledku?

A) fotbal

☐ 4:3:3

☐ 4:4:2

☐ 3:5:2

☐ taktika se nemění

☐ jiná (napište, prosím, jaká)

.....

B) futsal

☐ 1-2-1

☐ 1-3

☐ 2-2

☐ hra bez brankáře

☐ jiná (napište, prosím, jaká)

.....

19. Používá váš tým při ztrátě míče ihned pressing?

A) fotbal

☐ ano

☐ ne

B) futsal

☐ ano

☐ ne

20. Kdy **nejčastěji** volíte ve svém sportu hru hlavou?

A) fotbal

☐ při přihrávce

☐ při střelbě

☐ jindy (napište, prosím, kdy)

B) futsal

☐ při přihrávce

☐ při střelbě

☐ jindy (napište, prosím, kdy)

Příloha č. 2 - seznam grafů

Graf 1 - Pohlaví (%).....	49
Graf 2 - Věková kategorie (%)	49
Graf 3 - Výběr sportů (%)	50
Graf 4 - Popularita sportů (%).....	50
Graf 5 - Atraktivita sportů (%)	51
Graf 6 - Atraktivita sportů (%)	52
Graf 7 - Soutěž (%).....	53
Graf 8 - Soutěž (%).....	53
Graf 9 - Pravidelnost tréninku (%)	54
Graf 10 - Pravidelnost tréninku (%)	55
Graf 11 - Jak dlouho hrajete fotbal (%)	55
Graf 12 - Jak dlouho hrajete futsal (%).....	56
Graf 13 - Vedení míče (%).....	56
Graf 14 - Rozdíly ve vedení míče (%)	57
Graf 15 - Vedení míče (%).....	58
Graf 16 - Vedení míče (%).....	58
Graf 17 - Typ střelby (%).....	59
Graf 18 - Typ střelby (%).....	60
Graf 19 - Přihrávka (%)	60
Graf 20 - Přihrávka (%)	61
Graf 21 - Obcházení hráče (%).....	62
Graf 22 - Obcházení hráče (%).....	62
Graf 23 - Zpracování míče (%)	63
Graf 24 - Zpracování míče (%)	64
Graf 25 - Obranná taktika (%).....	64

Graf 26 - Obranná taktika (%).....	65
Graf 27 - Útočná taktika (%).....	66
Graf 28 - Útočná taktika (%).....	66
Graf 29 - Rozestavení při nepříznivém výsledku (%)	67
Graf 30 - Rozestavení při nepříznivém výsledku (%)	68
Graf 31 - Presing (%).....	69
Graf 32 - Presing (%).....	69
Graf 33 - Hra hlavou (%)	70
Graf 34 - Hra hlavou (%)	70

Příloha č. 3 - seznam obrázků

Obrázek 1 - fotbalové hřiště	15
Obrázek 2- futsalové hřiště	18
Obrázek 3- rozestavení 2-3-5	28
Obrázek 4- rozestavení 3-2-5	28
Obrázek 5- rozestavení 4-2-4	29
Obrázek 6- rozestavení 4-3-3	30
Obrázek 7 - rozestavení 1-2-1	34
Obrázek 8- rozestavení 3-1	34
Obrázek 9- rozestavení 2-2	35
Obrázek 10- rozestavení 1-3	36
Obrázek 11- útočná formace 3-1	37
Obrázek 12- útočná formace 2-2	37
Obrázek 13- rozestavení 3-2	38

Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta
M. D. Rettigové 4, 116 39 Praha 1

Prohlášení žadatele o nahlédnutí do listinné podoby závěrečné práce

Evidenční list

Jsem si vědom/a, že závěrečná práce je autorským dílem a že informace získané nahlédnutím do zveřejněné závěrečné práce nemohou být použity k výdělečným účelům, ani nemohou být vydávány za studijní, vědeckou nebo jinou tvůrčí činnost jiné osoby než autora.

Byl/a jsem seznámen/a se skutečností, že si mohu pořizovat výpisy, opisy nebo rozmnoženiny závěrečné práce, jsem však povinen/povinna s nimi nakládat jako s autorským dílem a zachovávat pravidla uvedená v předchozím odstavci tohoto prohlášení.

Poř. č.	Datum	Jméno a příjmení	Adresa trvalého bydliště	Podpis
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				